వణికించే జ్వరం! వదలని జ్వరం! – వీటి మర్మం ఏమిటి?

జ్వరం ఎందుకు వస్తుంది? వస్తే ఏం చేయాలి?

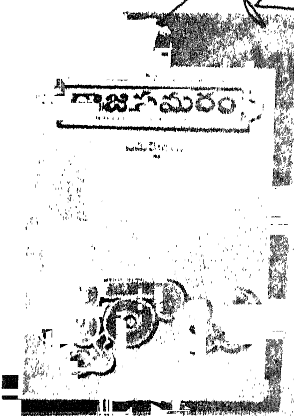
విష జ్వరాలంటే ఏమిటి? మలేరియా—ఫైలేరియా తేడా తెలుసుకోవడమెలా? టైఫాయిడ్—టిబి రెండూ ఒకటేలాగా ఉంటాయా? న్యూమోనియా వస్తే ఎలా ఉంటుంది?

జ్వరం వస్తే అన్నం తినకూడదా? తింటే విషమవుతుందా?

పథ్యం తీసుకుంటే నిద్రపోకూడదా?

రకరకాల జ్వరాలు! రకరకాల మందులు. వాటి వివరణ – నివారణే ఈ చిరుపుస్తకం – "జ్వరాలు".

★★





జ్వరాలు

డా॥ జి. సమరం, MBBS

వాసవ్య నర్సింగ్ హోమ్, విజయవాడ – 520 006

ప్రచురణ నెం : 17

ప్రథమ ముద్రణ : ఆగస్టు 1993

ముద్రణ : డి.బి. ప్రింటర్ – విజయవాడ – 2

ప్రచురణ : నవభారత్ పబ్లికేషన్స్, విజయవాడ–4

ISBN 81–7260–016–1

వెల : రు. 12/–

సమర్పణ

నవభారత్ బుక్ హౌస్

కార్ల్‌మార్క్స్ రోడ్ – విజయవాడ–2

మీ ఇంట్లో డాక్టరు

మానవ శరీరంలో వయస్సును బట్టి, మారుతున్న సీజన్స్ బట్టి, శరీరంలో మార్పులు వస్తాయి. ఆ మార్పుల్ని, సోకే వ్యాధుల్ని వేర్వేరుగా చూడగలిగే కనీస వైద్య పరిజ్ఞానం మనకెంతో అవసరం. లేకుంటే ఒకదానిని మరొకటిగా భావించి అపోహపడటం; ఆదోళన చెందడం జరుగుతుంది. దీనికి తోడు ఎవరెవరో వచ్చి ఏవేవో చేయాలంటారు. చిట్కావైద్యాలు చెబుతారు. ఫలితంగా వ్యాధి ముదరబెట్టుకుని భయాందోళనలతో కృంగిపోవాల్సి వస్తుంది.

కొన్ని సందర్భాలలో వ్యాధి కన్నా, వ్యాధి తాలూకు భయం ఆ వ్యక్తిని మరింత ఎక్కువగా పీడిస్తుంది. అలాంటి వ్యాధులకు చికిత్స ఏమిటి? ఏ డాక్టర్ని సంప్రదించాలి? అన్న విషయం ప్రతి వ్యక్తికి తెలియజెప్పవలసిన అవసరం నేడెంతో వుంది.

కొన్ని వ్యాధులు 'చాలా సీరియస్'గా కనిపిస్తాయి. కానీ సింపుల్ ట్రీట్‌మెంట్‌తోనే తగ్గిపోతాయి. డాక్టర్ని చూడవలసిన అవసరం కూడా అంతగా ఉండదు.

మనిషి తాను అనుభవిస్తున్న బాధని దృష్టిలో పెట్టుకొని డబ్బు ఖర్చు పెడతారు. మనిషి అనుభవించే బాధకీ, 'వ్యాధికీ' సంబంధం లేదు. బాధ ఉన్న ప్రతి వ్యాధీ తీవ్రమయింది కాదు! కాని కొన్ని వ్యాధులు ఆలస్యం చేస్తే ప్రాణాల్ని హరిస్తాయి. ఆ విషయాలు సవివరంగా చెప్పడానికీ, ఏ బాధకి ఏ డాక్టర్ని ఎప్పుడు సంప్రదించాలో తెలియచెప్పడానికీ; కాలయాపన-వృధా ఖర్చు నివారించడానికీ "ఆరోగ్య రక్షణ గ్రంథావళి" మీ ఇంట ఉంచటం మీకేగాక మీ చుట్టుపక్కలవారికి కూడా ఎంతో ఉపయోగం.

డాక్టర్లు లేని చోట ఎమర్జెన్సీగా ఓ కుటుంబ డాక్టరుగా ఈ రచనలు మీకు సహాయపడతాయనీ ఆ సదాశయంతో మీ ముందు వుంచుతున్నాము.

అక్షరజ్యోతితో నిరక్షరాస్యతని పారద్రోలుతున్న ఈ తరుణంలో ఇంటింటికీ ఓ 'డాక్టరు'ని తయారుచేయాలనే సదాశయంతో ఉద్యమిస్తున్న మీ అభిమాన డా॥ సమరంతో చేయి చేయి కలపండి. వైద్య విజ్ఞానాన్ని ఇంటింటికీ కాకపోయినా గ్రామగ్రామానికి చేరగలిగేట్లు మీ వంతు కృషి చేయండి. "ఆరోగ్య రక్షణ గ్రంథావళి" మీవద్ద వుంటే అన్నీ విశ్లేషించి సలహా చెప్పగల డాక్టర్ మీ ఇంట ఉన్నట్లే!

మీ

—నవ కారక్

జ్వ రా లు

మనిషి నలతగా కనిపిస్తే
ప్రేమహస్తం వెంటనే నుదురు తాకుతుంది.
"అబ్బ...జ్వరం మండిపోతోంది" అని బాధ పడిపోతుంది.
ఒళ్ళు నిప్పుల కుంపటిలా ఉందని విలవిలాడిపోతుంది.
జ్వరంతో పాటు తలనొప్పి బద్దలు కొట్టేస్తూ ఉంటే...
ఒళ్ళు నొప్పులు విరగొట్టేస్తూ ఉంటే...
వేదనతో అతలాకుతలమవుతుంది.

ఇంతకీ—

అసలీ జ్వరం ఏమిటి ?

ఎందుకు వస్తుంది?

అందరి జీవితాల్లో—

ఎప్పుడోకప్పుడు అనుభవంలోకి వచ్చే ఒళ్ళు వెచ్చదనానికీ—
నిప్పుల కుంపటిలా మనిషిని తలక్రిందులు చేసే జ్వరానికీ—
తేడా ఏమిటి ?

అసలు జ్వరం అంటే ఏమిటి ?

1. జ్వరం అంటే...

మామూలుగా ఉండవలసిన శరీర ఉష్ణోగ్రతకంటె ఎక్కువ ఉష్ణోగ్రత ఉండటాన్ని 'జ్వరం' అంటారు.

మామూలుగా నోట్లో ఉష్ణోగ్రత 98.6° ఫారన్‌హీట్ (37° సెంటీగ్రేడ్) వుంటుంది. అయితే అందరిలోనూ ఈ ఉష్ణోగ్రత ఒకలే విధంగా ఉండదు. ఒక్కొరికి ఒక్కో విధంగా వుంటుంది. ఆరోగ్యంగా ఉన్న కొందరు వ్యక్తుల శరీర ఉష్ణోగ్రత కొలిచినట్లయితే వారి వారి శరీర ఉష్ణోగ్రత 96.6°F నుండి 100° F C (35.8°-37.8°C) మధ్య వుంటుంది. ఉష్ణోగ్రతల సగటు తీసుకుంటే 98.4° ఫారన్‌హీట్ అవుతుంది. నార్మల్ టెంపరేచర్ 98.4° F వున్నప్పటికీ అది సగటు ఉష్ణోగ్రతే తప్ప ఖచ్చితంగా అంతే వుండాలనికాదు. అంతకంటె ఎక్కువా ఉండవచ్చు, తక్కువా ఉండవచ్చు. కాని సాధారణంగా 98.6°F శరీర ఉష్ణోగ్రత ఉంటుంది. కొందరికి ఎప్పుడూ 97°F ఉష్ణోగ్రతే ఉండవచ్చు, మరికొందరికి 99°F ఉష్ణోగ్రతే ఉండవచ్చు. లేదా 100°F ఉష్ణోగ్రత వుండ

వచ్చు. అది వారి సహజ శారీరక ఉష్ణోగ్రత. అంతేతప్ప టెంపరేచర్ డౌన్ అయిపోయిం దనో, టెంపరేచర్ పెరిగిపోయిందనో భయపడ నవసరం లేదు.

నెత్తికెక్కే సూర్యునితో పెరిగే ఉష్ణోగ్రత:

ఆరోగ్యవంతునిలో కూడా శరీర ఉష్ణోగ్రత ఎప్పుడూ ఒకే విధంగా వుండదు. ఉదయం ఒకలాగా వుంటే, మధ్యాహ్నం ఇంకోలాగా, సాయంత్రం మరోలాగా వుంటుంది.

ఒక వ్యక్తి సహజ శారీరక ఉష్ణోగ్రత ఉదయం కంటే మధ్యాహ్నం ఎక్కువగా వుంటుంది. సాయంత్రానికి ఇంకాస్త ఎక్కువ వుండవచ్చు. ఈ తేడా అరడిగ్రీ నుంచి ఒక డిగ్రీ (0.5 F-1°F) వరకు వుంటుంది. తెల్లవారుజామున 4-5 గంటల ప్రాంతంలో శరీర ఉష్ణోగ్రతని కొలచినట్లయితే పగలుకంటే తక్కువ వుంటుంది. నైట్ డ్యూటీ చేసే వాళ్ళలో మాత్రం పగలుకంటే రాత్రి శరీర ఉష్ణోగ్రత ఎక్కువ వుంటుంది. అందరికీ తెల్లవారు జామున శరీర ఉష్ణో గ్రత తక్కిన సమయాని కంటే తక్కువ వుంటే వీరికి (నైట్ డ్యూటీ చేసేవారిలో) తెల్లవారు జామున యెక్కువ ఉంటుంది.

అయితే పగలు పనిచేసే వారిలో పెరిగినంత వీరిలో పెర గదు. పగలు పనిచేసినప్పుడు శారీరక శ్రమతో పాటు

సూర్యతాపం కూడా శారీరక ఉష్ణోగ్రత పెరగడంలో తోడు ఉంటుంది.

ఒక వ్యక్తి చేసే పని, దుస్తులు, పరిసరాలు, ఎండాకాలమా-శీతాకాలమా అనే తేడా బట్టి శరీర ఉష్ణోగ్రత పెరగడంలో తేడా వుంటుంది. ఈ పెరగడమనేది 1°F నుండి 2°F వరకు ఉండవచ్చు. అంతమాత్రాన అది జ్వరం కాదు.

వాడిపోయే కలువలు ఉడికిపోయే పిల్లలు

ఎంత వేడికి గురైనా శరీర వుష్ణోగ్రత అసాధారణంగా పెరగకుండా మెదడులోని హీట్ రెగ్యులేటర్ సెంటర్ కంట్రోలు చేస్తుంది. అయితే చిన్న పిల్లల్లో హీట్ రెగ్యులేటర్ సెంటర్ అంతగా పెంపొందదు. ముఖ్యంగా పసిపిల్లల్లో హీట్ రెగ్యులేటర్ సెంటర్ పరిపక్వత చెందదు. దానివల్ల పరిసరాల్లో ఏ మాత్రం వేడి పెరిగినా శరీర ఉష్ణోగ్రత క్షణాల్లో పెరిగిపోతుంది. చల్లగాలి ఎక్కువ ఉంటే క్షణాల్లో శరీర ఉష్ణోగ్రత పడిపోతుంది. తల్లి దగ్గర పాలు త్రాగి అలసిపోయినా, ఏడ్చినా ఇట్టే ఒకటి రెండు డిగ్రీలు పెరిగిపోతుంది. ఈ రకంగా ఒక సంవత్సరం వయస్సు వచ్చే వరకు చిన్న పిల్లల్లో 1-2 డిగ్రీలు శరీర వుష్ణోగ్రత పెరగడం-తరగడం మామూలు.

2. జ్వరం ఎప్పుడు వస్తుంది?

జ్వరం రావడానికి కారణాలు చాలా వున్నాయి. ముఖ్యంగా ఐదు కారణాలు.

1. ఇన్ఫెక్షను వల్ల వచ్చే జ్వరాలు :
బాక్టీరియా, వైరస్, ఫంగసు మొదలైన వాటివల్ల ఇన్ఫెక్షన్ వచ్చి రకరకాల జ్వరాలు వస్తాయి. వుదాహరణ : టైఫాయిడ్, ఫ్లూ, న్యుమోనియా.

2. సర్జికల్ ఫీవర్ :
ఆపరేషనులో కొన్ని కణాలు దెబ్బతిన్నప్పుడు, ఆ కణాలు విషపదార్థాలై జ్వరానికి కారణమవుతాయి.

3. న్యూరోజెనిక్ ఫీవర్ :
మెదడులో కొన్ని నాడీ కేంద్రాలు డామేజి అయినపుడు జ్వరాన్ని కలుగజేస్తాయి. ముఖ్యంగా మూడవ వెంట్రికల్, ఇంటర్నల్ క్యాప్సూల్, మెడుల్లా వెన్నుపాము అగ్రభాగం ఏ కారణంవల్లనైనా దెబ్బతిన్నప్పుడు జ్వరం వస్తుంది.

4. డిహైడ్రేషన్ ఫీవర్ :
ఏ కారణం వల్లనైనా శరీరంలోని నీరు ఇంకిపోతేనూ, రక్త

స్రావం అధికంగా అయితేనూ జ్వరం వస్తుంది. ఒంట్లో నీరు ఇంకి పోయినపుడు జ్వరం రావడం చిన్న పిల్లల్లో ఎక్కువ.

5. డ్రగ్స్ ఫీవర్ :

కొన్ని మందులు వాడినప్పుడు, రసాయనకాలు శరీరంలో చేరినప్పుడు జ్వరం వస్తుంది.

ఏ కారణం వల్ల జ్వరం వచ్చినా శరీర ఉష్ణోగ్రత 106°Fకి మించదు. ఒకవేళ జ్వరం 107°Fకి మించినట్లయితే ప్రాణాపాయం కలిగే అవకాశం వుంది.

3. జ్వరంలో రకాలు

1. కంటిన్యూడ్ ఫీవర్ :

24 గంటలూ జ్వరం తగ్గకుండా అలాగే ఉండటాన్ని 'కంటిన్యూడ్ ఫీవర్' లేదా 'కానస్టంట్ ఫీవర్' అంటారు. ఇలా తగ్గకుండా ఉండే ఫీవర్‌లో 1.5 నుంచి 2 డిగ్రీలు (ఫారెన్ హీట్) మించి తేడా వుండదు. జ్వరం ఎప్పుడు చూసినా ఒకలాగా ఎక్కువగానే వుంటుంది. నార్మల్‌కి రావడం ఉండదు.

2. రెమిరెంట్ ఫీవర్ :

జ్వరాన్ని పగలు, రాత్రి చూసినప్పుడు 1.5 నుంచి 2 డిగ్రీలు కంటె తగ్గి తేడా కనబడుతుంది. రోజు మొత్తంలో ఒకపూట జ్వరం బాగా తగ్గినట్లు కనబడినా నార్మల్ రావడం ఉండదు.

3. ఇంటర్మిటెంట్ ఫీవర్ :

ఇటువంటి జ్వరం రోజు మొత్తంలో కొంతసేపు ఎక్కువగా ఉండి తిరిగి నార్మల్‌కి, సబ్ నార్మల్‌కి వస్తుంది.

4. హెక్టిక్ ఫీవర్ :

ఇటువంటి జ్వరంలో జ్వరం తీవ్రంగా పెరగడం, అంతలోనే బాగా తగ్గిపోవడం వుంటుంది. 5 డిగ్రీలు (ఫారన్ హీట్) అకస్మాత్తుగా పెరగడం అలాగే తగ్గడం వుంటుంది. సాధారణంగా ఇటువంటి జ్వరం రాత్రి ఎక్కువగా పెరిగి ఉదయానికి నార్మల్‌కి, సబ్ నార్మల్‌కి రావడం వుంటుంది. జ్వరం తగ్గగానే చమటలు విపరీతంగా పోస్తాయి.

ఐ రెగ్యులర్ ఫీవర్ :

జ్వరం ఒకసారి ఉండీ ఉండక వస్తూ పోతూ వుంటుంది. జ్వరం రావడానికీ, పోవడానికీ ఒక పద్ధతి వుండదు. ఇంటర్మిటెంట్ ఫీవర్, హెక్టిక్ ఫీవర్‌లో నార్మల్ రావడం ఉన్న ఒక పద్ధతిగా నార్మల్‌కి రావడం వుంటుంది. ఐరెగ్యులర్ ఫీవర్‌లో ఎప్పుడు జ్వరం వస్తుందో, ఎప్పుడు తగ్గుతుందో తెలియదు.

4. జ్వరాన్ని చూసే పద్ధతులు

జ్వరాన్ని వివిధ పద్ధతులలో కొలవవచ్చు.

నోట్లో థర్మామీటరు :

పసిపిల్లలు, అపస్మారకంలో ఉన్నవారు, మానసిక రోగుల విషయంలో తప్ప తక్కిన వారందరికీ థర్మామీటరు నోట్లో పెట్టి జ్వరాన్ని చూస్తారు. థర్మామీటరు చన్నీళ్ళలో కడిగి అందులో రీడింగ్ నార్మల్ కంటే తక్కువ ఉన్నదీ లేనిదీ చూసి ఆ తర్వాత రోగి నోట్లో నాలుక క్రింద పెట్టాలి. రోగిని నోరు మూసుకుని ఉండమని చెప్పాలి. థర్మామీటరు కనీసం ఒక నిమిషంపాటు నోట్లో వుంచాలి. ఆ తరువాత నోట్లో నుంచి తీసి రీడింగుచూడాలి. కొందరు బాగా దగ్గుతూవుంటారు. ఇటువంటి వారి విషయంలో థర్మామీటరు పడిపోకుండా ప..కోవాలి. ఇంకా_స్త ఎక్కువసేపు నోట్లో ఉంచాలి. ఇలా న ట్లో చూసే టెంపరేచర్‌ని 'ఓరల్ టెంపరేచర్' అంటారు.

మలద్వారంలో థర్మామీటరు :

చంటిపిల్లలో, అపస్మారకంలో ఉన్న వారికి సరిగ్గా జ్వరం తెలుసుకోవడానికి మామూలు థర్మామీటరు కాకుండా రెక్టల్ థర్మామీటరు వేరుగా వుంటుంది. దీనిని మల ద్వారంలో దూర్చి ఒక నిమిషంపాటు ఉంచి జ్వరాన్ని చూడాలి. ఇలా చూసే టెంపరేచర్‌ని 'రెక్టల్ టెంపరేచర్' అంటారు. రెక్టల్ టెంపరేచర్ ఓరల్ టెంపరేచర్ కంటే

1 డిగ్రీ ఎక్కువగా వుంటుంది.

చంకలో థర్మామీటరు :

నోట్లో పెట్టి చూసే థర్మామీటరునే చంకలో గాని, గజ్జల్లో గాని పెట్టి చూడవచ్చు. చంకలో పెట్టినప్పుడు చేయి దగ్గరికి నొక్కిపెట్టి వుంచాలి. గజ్జల్లో పెట్టినప్పుడు తొడలు దగ్గరగా నొక్కిపెట్టి ఉంచాలి. ఇలా చూసిన టెంపరేచర్ కి ఒక డిగ్రీ కలిపితే నోట్లో చూసిన జ్వరానికి దగ్గర్లో వుంటుంది.

స్కిన్ టెంపరేచర్ :

ఒంటిమీద థర్మామీటరుని పెట్టి జ్వరం చూసేందుకు వేరే థర్మామీటరు వుంటుంది.

జ్వరం చూసేటప్పుడు రోగి వేడి కాఫీ, టీ, పాలు త్రాగి ఉండకూడదు. ఒకవేళ వేడిగా ఏదైనా త్రాగితే కనీసం అర గంట ఆగిన తరువాతే జ్వరం చూడాలి.

5. జ్వరం లక్షణాలు

మామూలుగా జ్వరం వుండే వ్యక్తి నలతగా కనబడతాడు. ఆకలి వుండదు. తలనొప్పి వుంటుంది. చలిచలిగా అనిపిస్తుంది. జ్వరం ఒకటికి నాలుగు రోజులు వుండేసరికి మరికొన్ని లక్షణాలు కనబడతాయి. శరీరంలోని వివిధ ముఖ్య అవయవాలు జ్వరానికి గురై మరికొన్ని లక్షణాలని చూపిస్తాయి.

జ్వరం ఉన్నప్పుడు శ్వాస యెక్కువసార్లు తీసుకోవడం వుంటుంది.

నాడి ఎక్కువసార్లు కొట్టుకుంటుంది. కాళ్ళు, చేతులు తక్కిన శరీరంతో పోల్చి చూస్తే చల్లగా వుండవచ్చు.

పెదాలు తడి ఆరిపోతాయి. నాలుక ఎండినట్లు అవుతుంది. ఆకలి అనిపించదు. అరుగుదలకూడా వుండదు. వికారం అనిపించడం, వాంతులు అవడం వుంటాయి. మలబద్ధకం వుంటుంది. కొన్ని సందర్భాలలో విరోచనాలు కూడా వుండవచ్చు.

మూత్రం తక్కువ అవుతుంది, మూత్రం పచ్చగా వస్తుంది. మూత్రం పరీక్ష చేస్తే ఆల్బ్యుమిన్, యూరేట్స్ కూడా కొద్ది మోతాదులో కనబడవచ్చు.

ఒళ్ళంతా నొప్పులు వుంటాయి. నాలుగు అడుగులు వేసే ఓపిక కూడా వుండదు. కాస్త కదిలితే అలసిపోవడం వుంటుంది. కీళ్ళనొప్పులు, కాళ్ళనొప్పులు వుంటాయి.

తలనొప్పి, చికాకు, అయోమయంగా అనిపించడం, చర్మం ఎండినట్లు అనిపించడం వుంటుంది.

చలి, వణుకు వుంటాయి. ఫిట్సుకూడా రావచ్చు. కొందరిలో సంధి లక్షణాలు ఏర్పడతాయి.

త్వర త్వరగా పెరిగే జ్వరం లక్షణాలు

కొందరిలో పైన చెప్పిన జ్వరం లక్షణాలు చాలా విపరీతంగా పెరుగుతుంది. అటువంటప్పుడు ఏ జ్వరమైనదీ త్వరగా నిర్ధారణ చేసి తగిన చికిత్స చేయడం అవసరం.

ఉదాహరణకు న్యూమోకోకల్ న్యుమోనియాకి జ్వరం చాలా హెచ్చుగా వుంటుంది. జ్వరం లక్షణాలు తీవ్రంగా వుంటుంది. ఈ జ్వరం అకస్మాత్తుగా తీవ్రంగా రావడమే కాకుండా చలి వణికించేస్తుంది. పొడి దగ్గు ఎక్కువగా వుంటుంది. ఛాతీకి ఒకవైపు నొప్పి వుంటుంది. దగ్గినప్పుడు అటువైపు ఛాతీలో నొప్పి ఎక్కువ వుంటుంది. నిండుగా గాలి పీల్చినా బాధ అనిపిస్తుంది. నోటి అంచులలో, పెదవులపైనా నీటి పొక్కులు లాగా అనేకం వచ్చి బాధ కలిగిస్తాయి. ఇటువంటి లక్షణాల బట్టి వెంటనే న్యూమోకోకల్ న్యుమోనియా అని తెలుసు కోవచ్చు వెంటనే చికిత్స ప్రారంభించవచ్చు.

> జ్వరం లక్షణాలబట్టి చాలా వరకు ఏ జ్వరమైనదీ తెలుసుకోవచ్చు. అందుకని డాక్టరు దగ్గరికి వెళ్ళినప్పుడు రోగి తనకి జ్వరం ఎప్పటి నుంచి వున్నదీ, ఎలా పెరిగినదీ, జ్వరం లక్షణాలు ఏవేవీ అన్నవి వివరంగా చెప్పడం అవసరం. దానిబట్టి వ్యాధి నిర్ధారణ తేలిక అవుతుంది.

వయస్సు బట్టి నాడి కొట్టుకోవడంలో తేడా

జ్వరం వున్నప్పుడు నాడి కొట్టుకోవడం ఎక్కువ అవుతుంది. అయితే సహజంగానే చంటిపిల్లల్లో నాడి ఎక్కువసార్లు కొట్టుకుంటూ వుంటుంది. చంటిపిల్లల్లో నాడి ఎక్కువసార్లు కొట్టుకోవడంచూసి వారికి జ్వరం అనుకోకూడదు.

సంవత్సరంలోపు పిల్లల్లో నాడి నిమిషానికి 120 సార్లు కొట్టుకుంటుంది.

సంవత్సరం వయస్సు నుండి 5 సంవత్సరాలలోపు పిల్లల్లో నాడి నిమిషానికి 100 సార్లు కొట్టుకుంటుంది.

5 నుండి 10 సంవత్సరాలలోపు పిల్లల్లో నాడి 90 సార్లుకోవడం ఉంటుంది.

పెద్ద వాళ్ళల్లో (10 సంవత్సరాలు నిండినవారి ఆపై వయస్సు వారికి) నాడి నిమిషానికి 70 నుంచి 80 సార్లు కొట్టుకుంటుంది. స్త్రీలలో పురుషులలో కంటే 5 బీట్స్ ఎక్కువ ఉంటాయి. వృద్ధులకి నాడి తక్కువ కొట్టుకోవడం వుంటుంది.

పండు ముదుసలి వారికి తిరిగి నాడి వేగంగా కొట్టుకుంటుంది.

శ్వాసక్రియలో తేడా

శ్వాస తీసుకోవడంలో కూడా వయస్సు కూడా చాలా తేడా ఉంటుంది.

పసిబిడ్డ నిమిషానికి 40 సార్లు శ్వాస తీసుకుంటాడు.

సంవత్సరం వయస్సు బిడ్డ నిమిషానికి 30 సార్లు ఊపిరి తీసుకుంటాడు.

2 నుంచి 5 సంవత్సరాల బిడ్డ నిమిషానికి 24 నుంచి 20 సార్లు శ్వాస తీసుకుంటాడు.

పెద్దవాళ్ళు 16 నుంచి 18 సార్లు శ్వాస తీసుకుంటారు. స్త్రీలు పురుషులు కంటే కాస్త ఎక్కువసార్లు శ్వాస తీసుకుంటారు.

జ్వరం వచ్చినప్పుడు నాడీ వేగంలోనూ, శ్వాస తీసుకోవడం లోనూ తేడా వస్తుంది కనుక వయస్సు బట్టి ఆ పరిస్థితిని అంచనా వేయాలి.

6. పడిశం - జ్వరం

పడిశం పట్టి జ్వరం రావడం అతి సహజం. జ్వరం మరీ ఎక్కువ వుండకపోయినా తలభారం, తుమ్ములు, కళ్ళు మంటలు, ఒళ్ళు నొప్పులు బాధ కలిగిస్తాయి.

సాధారణంగా వచ్చే జలుబు, జ్వరం వైరస్ క్రిములవల్ల వస్తుంది. ఏ మాత్రం సీజన్ మారినా ఈ బాధలు కలుగుతాయి. రైనో వైరస్‌వల్ల ముక్కు, గొంతులో ఇన్‌ఫెక్షను ఏర్పడటంవల్ల జలుబు-జ్వరం (పడిశం జ్వరం) వస్తుంది.

జలుబు, జ్వరం అకస్మాత్తుగా కలిగే వ్యాధి. ఇది వచ్చే ముందు ముక్కు దగ్గర జిలగా అనిపిస్తుంది. ఆ తరువాత తుమ్ములు మొదలవుతాయి. గొంతు ఎండినట్లు అనిపిస్తుంది. మంచినీళ్ళు త్రాగితే తప్ప పొడి తగ్గినట్లు అనిపించదు తల భారం ఎక్కువగా వుంటుంది. ముందు తుమ్ములతో ప్రారంభమై కొద్ది గంటల్లో ముక్కువెంట పడిశం నీళ్ళు కారుతాయి. ఈ వ్యాధి తీవ్రత ఒకటి-రెండు రోజుల్లో తగ్గుతుంది. అయితే ఆపైన బాక్టీరియా క్రిములు తోడై పడిశం కొనసాగుతుంది.

పడిశం చిక్కగా మారుతుంది. ముక్కు దిబ్బడివేసి గాలి పీల్చడం కష్టమవుతుంది. జ్వరం కొద్దిపాటిగా ఉంటూనే ఉంటుంది.

జలుబే కదా అని నిర్లక్ష్యంగా ఊరుకుంటే కొందరికి సైనుసైటిస్ కలిగి పార్శ్వనొప్పి వస్తుంది. తలభారం ఎక్కువ అవుతుంది. ఒకటి రెండు రోజుల్లో తగ్గవలసిన జలుబు, జ్వరం రూపం మారి వారాలు తరబడి మిగిలిపోతుంది.

జలుబు జ్వరంవల్ల చెవులు దిబ్బడివేస్తాయి. కొందరికి చెవిలో పోటు అనిపిస్తుంది. కొందరికి చెవిలో పోటు తీవ్రమై చీము కారుతుంది.

జలుబు జ్వరం వచ్చిన కొందరిలో ఆ వ్యాధి శ్వాసనాళాల్లోకి వ్యాపించి గొంతునొప్పి రావడం, గొంతు బొంగురు పోవడం, ఛాతిమధ్యలో నొప్పి, బ్రోంకయిటిస్, న్యూమోనియా వంటివి కలుగుతాయి.

> సాధారణంగా వచ్చే జలుబు, జ్వరం ఒకరి నుంచి మరొకరికి సంక్రమించే వ్యాధి. అందుకని ఇంట్లో ఒకరికి వచ్చినప్పుడు రెండవ వారు వారికి కాస్త దూరంగాఉంటే మంచిది. ముఖం మీదనే తుమ్మినా,దగ్గినా రెండవ వారికి సంక్రమిస్తుంది.

ఎడినాయిడ్స్, టాన్సిల్స్ ఉన్నవారిలో తరచు జలుబు జ్వరం

కొందరికి టాన్సిల్స్, ఎడినాయిడ్స్ వాచి ఉంటుంది. ఇటు

వంటి వారికి తరచు జలుబు, జ్వరం బాధ కలుగుతుంది. చిన్న పిల్లల్లో ఈ పరిస్థితి చాలా సహజం. పాలిప్స్, సైనసైటిస్ ఉన్న వారికికూడా తరచు జలుబు జ్వరం రావటం వుంటుంది. తరచు జలుబు జ్వరం వస్తున్న వారికి ఇటువంటి పరిస్థితి ఉంటే ఆపరేషను ద్వారానో మందుల ద్వారానో సరి దిద్దాలి.

విశ్రాంతి త్వరగా తగ్గిస్తుంది

జలుబు జ్వరం వచ్చిన వ్యక్తి చాలా నీరసపడతాడు. ఓపిక లేనట్లు బాధపడతాడు. అన్నింటికంటె చికాకు ఎక్కువ అని పిస్తుంది. అందుకని ఇటువంటి వ్యక్తి 1–2 రోజులు పూర్తిగా విశ్రాంతి తీసుకోవటం మంచిది. అలా విశ్రాంతి తీసుకోవటం వల్ల అతని వ్యాధి మరొకరికి సంక్రమించటం కూడా తగ్గు తుంది.

వైరస్‌వల్ల వచ్చే వ్యాధులకి ఇంతవరకు సరైన మందులు లేవు. సాధారణంగా వచ్చే జలుబు జ్వరం కూడా వైరస్ క్రిములువల్లే వస్తుంది. అందుకని దీనికి మందులు లేవు. కొంద రికి ఈ బాధలు 1–2 రోజుల్లో తగ్గిపోతే మరికొందరికి వారం పదిరోజులుపాటు ఉంటాయి.

జలుబు జ్వరం ఉన్నప్పుడు ఉపశాంతికి మందులు వాడటం మంచిది. తలనొప్పి, జ్వరం ఎక్కువ వుంటే పెద్దవాళ్ళకి మెటాసిన్, క్రోసిన్, కాల్‌పాల్ వంటి బిళ్ళలు ఉదయం 2, మధ్యాహ్నం 2, రాత్రి 2 బిళ్ళలు చొప్పున వాడాలి.

ముక్కు దిబ్బడి, ముక్కువెంట నీళ్ళు కారుతూ వుంటే డిప్లా, యాక్టిఫెడ్, ట్రైప్రోలిడిన్ వంటి బిళ్ళలు ఉదయం 1, మధ్యాహ్నం 1, రాత్రి 1 చొప్పున రోజుకి 3 సార్లు వేసుకోవాలి.

చిన్న పిల్లలకి సినరిల్ సిరప్, ట్రైప్రోలిడిన్ సిరప్ వంటివి అర చెంచా లేదా చెంచా మందు చొప్పున రోజుకి 3 సార్లు పట్టాలి.

పెద్దవాళ్ళకి ముక్కు దిబ్బడి వేసి గాలి పీల్చడం ఇబ్బందిగా ఉంటే ఆట్రెలిన్, నాసిలియాన్ చుక్కల మందు ముక్కులో ఒకటి - రెండు చుక్కలు చొప్పున రోజుకి 2 సార్లు వేసుకోవాలి. పిల్లలకి పిడియాట్రిక్ నేసల్ డ్రాప్స్ వాడాలి.

> జలుబు, జ్వరం వున్నప్పుడు వేడి నీరు ఆవిరి పట్టితే కూడా జలుబు జ్వరం చాలా వరకు తగ్గుతుంది. వేడినీళ్ళల్లో టించర్ బెంజాయిన్ గాని విక్స్, అమృతాంజనం కొద్దిగా వేసి ఆవిరి పట్టవచ్చు.

3-4 రోజులైనా జలుబు, జ్వరం తగ్గకపోతే యాంటికోల్డ్ బిళ్ళలతో పాటు టెట్రామైసిన్ 250 గాని, యాంపిసిలిన్ 250 క్యాప్స్యూల్స్ గాని ప్రతీ 6 గంటలకి ఒకటిచొప్పున 5 రోజులు వాడాలి. చాలా మందిలో ఏ మందు వాడకుండా కామన్ కోల్డ్ తేలికగా తగ్గుతుంది.

7. ఫ్లూ జ్వరం

ఫ్లూ జ్వరాన్నే ఇన్‌ఫ్లూయింజా అంటారు. ఫ్లూ జ్వరం ఒకే సారి ఎందరికో వస్తుంది. ఈ వ్యాధి కూడా వైరస్ క్రిములు సంక్రమించడం వల్లే వస్తుంది. ఫ్లూ జ్వరం ఎక్కువగా శీతా కాలంలో వస్తుంది. ముఖ్యంగా జనవరి, ఫిబ్రవరి మాసాల్లో ఫ్లూ జ్వరం రావడం ఎక్కువ. ఫ్లూ జ్వరం అన్ని వయస్సుల వారికి సమానంగానే వస్తుంది. ఫ్లూ జ్వరం వైరస్ క్రిముల వల్లే వచ్చినా ఒకటి-రెండు రోజులలో బాక్టీరియా క్రిములు కూడా తోడై వ్యాధిని మరింత ఉధృతం చేస్తాయి.

వికారం ఒళ్ళంతా నొప్పులు

> ఫ్లూ వైరస్ క్రిములు శరీరంలోకి చేరిన ఒకటి రెండు రోజుల్లోనే కనబడుతుంది. ఫ్లూ జ్వరం అకస్మాత్తుగా వస్తుంది. ఫ్లూ జ్వరం వచ్చిన వారిలో తలనొప్పి ఉంటుంది. నడుము నొప్పి, కండరాల నొప్పి ఉంటుంది. ఆకలి మంద గిస్తుంది. వికారం అనిపిస్తుంది. ఏమీ తినాలని ఉండదు. కొందరికి వాంతులు ఉంటాయి.

ఫ్లూ జ్వరం 99 నుంచి 101 దాకా వుంటుంది. కొందరికి ఇంకా ఎక్కువ కూడా వుంటుంది. జ్వరంతో పాటు చలి ఉంటుంది. జ్వరం తగ్గిన తరువాత కొంత చమటలు పోస్తాయి, ఫ్లూ జ్వరం

వచ్చినప్పుడు ముఖం కందినట్లు అవుతుంది. కళ్ళు ఎర్రబడ తాయి.

జ్వరం తగ్గి తగిలే గొంతు నొప్పి, దగ్గు

సాధారణంగా ఫ్లూ జ్వరం 3-5 రోజుల్లో తగ్గుతుంది. కాని ఈ జ్వరం వల్ల కలిగిన నీరసం కొద్ది రోజులు మిగిలి ఉంటుంది.

ఫ్లూ జ్వరం తగ్గినా కొన్ని బాధలు జ్వరం కంటె ఎక్కువ బాధ కలిగిస్తాయి. ఎక్కువ మందిలా గొంతు నొప్పి ఉంటుంది. గొంతు ఎండి పోతుంది. జ్వరం మొదలైన 1-2 రోజుల్లో దగ్గు తగులుకుంటుంది. ఆ దగ్గు జ్వరం తగ్గినా వదల కుండా ఉంటుంది. కొందరికి ఫ్లూ జ్వరం వచ్చిన తరవాత వైరల్ బ్రోంఖయిటస్, వైరల్ న్యుమోనియా వచ్చి దుష్ఫలితాలు కలగవచ్చు.

ఫ్లూ జ్వరం 5-7 రోజుల్లో తగ్గకపోతే ఇతరత్రా ఇంకేమైనా కావచ్చునని తగిన పరీక్షలు చేయాలి.

ఫ్లూ జ్వరం రాకుండా వాక్సీను ఉంది. అయినా వాక్సీను వేయించుకున్న 34-40 శాతం మందికి ఫ్లూ వస్తుంది. నూటికి నూరు మందికీ వ్యాధి రాకుండా నివారించ లేదు.

ఫ్లూకి చికిత్స

ఫ్లూ జ్వరానికి ఇంతవరకు సరైన చికిత్స లేదు. దీనికి కారణం ఇంతవరకు వైరస్‌కి సరైన మందు కనుగొనకపోవడమే. ఫ్లూకి

కరెక్టు మందు కనుగొనకపోయినా ఆ వ్యాధి వల్ల కలిగే బాధా నివృత్తికి మందులు వాడి ఉపశాంతి పొందవచ్చు. జ్వరం వల్ల కలిగే తలనొప్పి, ఒళ్ళు నొప్పులకి పారసిటమాల్ టాబ్లెట్లు తడవకి రెండు చొప్పున రోజుకి 3 సార్లు వాడాలి. చిన్నపిల్లలకి ఒక్కొక్కటి చొప్పున వేయాలి. ఇంకా చిన్నపిల్లలకి పారసిటమాల్‌కి సంబంధించిన సిరప్స్, డ్రాప్స్ వాడాలి. పారసిటమాల్ టాబ్లెట్లు మెటాసిన్, క్రోసిన్ ఫెపనిల్, కాల్‌పాల్ పేర్లతో మెడికల్ షాపుల్లో లభ్యమవుతాయి.

జ్వరం ఉన్నప్పుడు వికారంగా ఉంటే పెరినార్మ్, గ్రావిల్ బిళ్ళలు తడవకి ఒకటి చొప్పున రోజుకి 3-4 సార్లు వాడాలి. వాంతులు అవుతూ ఉంటే పెరినార్మ్, స్టెమిటెల్ ఇంజక్షను తీసుకోవాలి.

దగ్గు ఎక్కువ వుంటే కోరెక్స్, జీట్, బెనడ్రిల్ వంటి దగ్గు మందులు 6 గంటలకి ఒకసారి చెంచా మందు చొప్పున వాడాలి.

రాత్రిపూట నిద్రపట్టకపోవడం, ఒళ్ళు నొప్పులు చాలా ఎక్కువ ఉండటం ఉంటే రెండు మూడు రోజులు రాత్రిపూట వాలియం 5 టాబ్లెట్లు లేదా కోడీన్ కాంపౌండు టాబ్లెట్లు వాడవచ్చు.

జ్వరం రెండు మూడు రోజులైనా తగ్గకుండా ఉండి దగ్గు బాధ

కరంగా మారడం, ఛాతీలో నొప్పి ఉంటే యాంపిసిలిన్-250, ఎమోక్సిలిన్-250 వంటి మందులు ప్రతీ 8 గంటలకి ఒకసారి చొప్పున 5-6 రోజులు వాడాలి. సాధారణంగా ఫ్లూ జ్వరం ఎటువంటి దుష్ఫలితాలు లేకుండా తగ్గుతుంది. ఇది వచ్చిన వారికి నీరసం ఎక్కువ అనిపిస్తుంది. నీరసం తగ్గే వరకు పూర్తి విశ్రాంతి తీసుకోవడం, బికసూల్స్, సర్బెక్స్-టి వంటి బి-కాంప్లెక్స బిళ్ళ ఒకటి రోజూ వాడటం అవసరం.

8. పొంగు జ్వరం

పొంగు జ్వరాన్నే దద్దు అనీ, చిన్న అమ్మవారు అనీ, మీజిల్స్ అనీ అంటారు.

పొంగు రావడానికి కూడా వైరస్ క్రిములే కారణం. ఒకసారి పొంగు జ్వరం వస్తే మళ్ళీ ఆ వ్యక్తికి పొంగు రావడం అరుదు. ఎందుకంటే పొంగు వచ్చిన వ్యక్తిలోకి ఆ వ్యాధి రోగనిరోధక శక్తి పెంపొందుతుంది. అందుకనే ఒక స్త్రీకి పొంగు వస్తే ఆమె తల్లి అయిన ఎడల యాంటీబాడీస్ గర్భస్థ శిశువుకి చేరి మొదటి ఆరుమాసాలు పొంగు జ్వరం రాకుండా పసిబిడ్డని కాపాడతాయి. ఆ తరువాత కూడా పసిబిడ్డకి పొంగు రాకుండా ఉండేందుకు పొంగు నిరోధక టీకా మందు ఇవ్వాలి.

దగ్గితే తుమ్మితే అంటుకునే పొంగు

ఇంట్లో ఒకరికి పొంగు జ్వరం వచ్చినా, వీధిలో ఉన్నవారికి వచ్చినా ఇంకెందరికో ఆ వ్యాధి సంక్రమిస్తుంది. పొంగు వచ్చిన వ్యక్తి దగ్గినా, తుమ్మినా వ్యాధికారక క్రిములు గాలిలో కలిసి మరొకరికి చేరుతాయి. ఆ రకంగా మరొకరికి వ్యాధి వస్తుంది.

> పొంగుకి సంబంధించిన వైరస్ క్రిములు శరీరం లోకి ప్రవేశించిన 10-14 రోజుల్లో వ్యాధి లక్షణాలు కనబడతాయి.

దగ్గు-జలుబే అనుకున్నది పొంగై కూర్చుంటుంది!

పొంగు జ్వరంకి ఒంటిమీద ఎర్రటి రాష్ (దద్దు) వస్తుంది. దద్దు కనబడటానికి ముందు ఆ వ్యక్తికి జలుబు, దగ్గు, జ్వరం మాత్రమే ఉంటాయి. జ్వరంతో పాటు పడిశంకూడా తీవ్రంగా వుంటుంది. ముక్కు వెంట వెంట వెంటనే నీరు కారిపోతూ వుంటుంది. ఎడతెరపి లేకుండా తుమ్ములు వస్తాయి. కళ్ళు ఎర్రబడతాయి. కంటి రెప్పలు ఉబ్బుతాయి. వెలుతురు చూస్తే చాలు కళ్ళవెంట నీళ్ళు కారిపోతాయి. దీనికి తోడు దగ్గు, దగ్గుతో పాటు బొంగురు గొంతు తయారవుతాయి. ఇలా 3-4 రోజులు బాధపడిన తరువాత ఒంటిమీద దద్దు కన

బడుతుంది. ఒంటిమీాద దద్దు కనబడటానికి 1-2 రోజులు ముందు బుగ్గలోపల తెల్లటి మచ్చలు కనబడతాయి. నోటి లోపల బుగ్గలమీాద కనబడే సగ్గుబియ్యం లాంటి తెల్లటి మచ్చలు పొంగు జ్వరానికి గుర్తు.

శరీరం మొత్తంమీాద దద్దు రావడానికి ముందు దద్దు (రాష్) చెవులు వెనుక కనబడుతుంది. ఆ తరువాత తలవెంట్రుకల అంచుల్లో కనబడుతుంది. 1-2 రోజుల్లో ఒళ్ళంతా దద్దు వచ్చేస్తుంది. ముఖం కూడా దద్దుతో కందగడ్డలా తయారవుతుంది.

పొంగు జ్వరానికి చికిత్స

పొంగువచ్చిన తరువాత తగ్గడానికి సరైన మందు లేదు. అయితే వైరస్‌తోపాటు బాక్టీరియా క్రిములు కూడా తోడై దుష్ఫలితాలని కలిగిస్తాయి. కనుక టెట్రామైసిన్, యాంపిసిలిన్, ఎమోక్సిలిన్ వంటి యాంటిబయాటిక్ మందులు కోర్సుగా వాడాలి. పొంగు వచ్చినప్పుడు కొందరిలో వాంతులు ఉంటాయి. వాంతులు తగ్గడానికి పెరినార్మ్ వంటి బిళ్ళలు ఇంజక్షన్లువాడాలి. జ్వరానికి మెటాసిన్, క్రోసిన్ వంటి బిళ్ళలు వాడాలి. వాంతులు అవుతూఉంటే బిళ్ళలు ఇమడవు కనుక ఇంజక్షను ఇవ్వాలి. దగ్గుకి మందులు వాడాలి.

'అమ్మవారు' అనుకోవడం మూర్ఖత్వం

కొందరు పొంగు జ్వరంవస్తే అమ్మవారు అనీ, అమ్మవారు వచ్చినప్పుడు ఏమందు వాడకూడదని, మందువాడితే అమ్మవారికి కోపం వస్తుందని రోగి ఎంత బాధపడుతున్నా మందు వాడకుండా ఊరుకుంటారు. అమ్మవారు అనేది లేదు అది ఒట్టి మూర్ఖత్వం. మూఢనమ్మకం. పొంగు వచ్చినప్పుడు తప్పక మందు వాడాలి. మందు వాడకపోతే దుష్ఫలితాలు కలిగి ప్రాణం మీదకి వస్తుంది.

పొంగువల్ల కలిగే దుష్ఫలితాలు

పొంగువల్ల న్యుమోనియా వస్తుంది. చిన్నపిల్లల్లో, వృద్ధుల్లో బలహీనంగా ఉన్న వారికి న్యుమోనియా ప్రాణ హాని కలిగించవచ్చు.
పొంగువల్ల చెవిలోపోటు వస్తుంది. చెవిలో నుంచి చీము కారుతుంది.
వాంతులు, విరోచనాలై మనిషిని నీరసింప చేస్తాయి.

ఒక్క సూదితో జీవితాంతం రక్షణ

పొంగు జ్వరం రాకుండా చంటి బిడ్డకి 9 వ మాసంలో మీజిల్స్ వాక్సీను వేయిస్తే జీవితాంతం పొంగు రాకుండా వుంటుంది.

ఈ వ్యాధి నిరోధకశక్తి ఇంకా శక్తివంతంగా పెంపొందడానికి బిడ్డకి 16వ మాసంలో మరొక 'మీజిల్స్ వాక్సీను' ఇస్తే జీవితాంతం పూర్తి రక్షణ వుంటుంది.

పొంగు జ్వరం ఇంట్లో ఒకరికి ఉన్నప్పుడు మరొకరికి రాకుండా గామా గ్లోబ్యులిన్ ఇంజక్షను ఇస్తే కొంతవరకు రక్షణ వుంటుంది.

9. ఆట్లమ్మ (చికెన్ పాక్స్)

ఆట్లమ్మ చూడటానికి మశూచికం లాగా వుంటుంది. కాని ఈనాటి మశూచికం (స్మాల్ పాక్స్) పూర్తిగా నిర్మూలించ బడింది. ఆట్లమ్మకి సరైన వాక్సీను లేకపోవడంవల్ల ఈ వ్యాధి ఎందరికో వస్తోంది. అయితే ఆట్లమ్మ మశూచికం లాగా ప్రాణాంతక వ్యాధి కాదు.

చిన్న పిల్లల్లో ఎక్కువ

ఆట్లమ్మ 10 సంవత్సరాలలోపు పిల్లల్లో ఎక్కువ వస్తుంది. పెద్ద వాళ్ళల్లో కూడా అక్కడక్కడ కనబడుతుంది.

ఆట్లమ్మకి సంబంధించిన వైరస్ క్రిములుకూడా గాలి ద్వారా ఒకరి నుంచి మరొకరికి చేరుతాయి. ఈ క్రిములు శరీరంలోకి

చేరిన 10–15 రోజుల్లో వ్యాధి లక్షణాలు బహిర్గతమవుతాయి.

నీటి పొక్కులు కాదు ఆట్లమ్మ పొక్కులు

ఆట్లమ్మ వచ్చే ముందు నలతగా అనిపిస్తుంది, జ్వరం కూడా కొద్దిగా వుంటుంది. ఒళ్ళునొప్పులు కూడా వుంటాయి.

అయితే ఈ బాధలు కొద్దిగానే ఉంటాయి. ఈ లోపం ముఖం మీద నీటి పొక్కులు వంటివి వస్తాయి. ఆ తరవాత ఒంటి మీద అక్కడక్కడా వస్తాయి. ఛాతీమీద, పొట్టమీద పొక్కులు ఎక్కువ వస్తాయి. చేతులు మీద, కాళ్ళమీద తక్కువ వస్తాయి.

అట్లమ్మలో పాత పొక్కులు అణగుతుండగా కొత్తక్రొత్త పొక్కులు వస్తాయి. ఈ విధంగా [illegible] పొక్కులు కనబడతాయి. చివరికి ఈ పొక్కులన్నీ [illegible] బెరడు కట్టి రాలుతాయి. పొక్కులు [illegible] [illegible]కంగా నల్లమచ్చలు ఏర్పడినా [illegible] మచ్చలు పోతాయి. ఆ తరవాత ఆట్లమ్మ వచ్చిన ఛాయలే కనబడవు.

ఎండిన పొక్కులు కాదు–పచ్చి పొక్కులే [illegible]

చాలామందికి ఒక అపోహ ఉంది. అట్లమ్మ వచ్చి పొక్కులు పెచ్చు కట్టి రాలుతున్నప్పుడు ఆ వ్యాధి [illegible] [illegible] కుంటుందని అనుకుంటారు. అది నిజం కాదు. [illegible]

పొక్కుల్లో వ్యాధి క్రిములు ఉండవు. ఆట్లమ్మ వచ్చినప్పుడు నీటి పొక్కులు ఏర్పడి అవి పగిలి అందులో నుంచి రసి వచ్చినప్పుడు అందులో క్రిములు ఉంటాయి. ఆ క్రిములు గాలిలో కలిసి మరొకరికి చేరి వ్యాధిని కలుగజేస్తాయి.

ఆట్లమ్మ గురించి భయం అనవసరం

ఆట్లమ్మ ఆడుతూ పాడుతూ పోయే జబ్బే. దాని గురించి భయపడటం అనవసరం. అయితే తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. సాధారణంగా బాక్టీరియా క్రిములు తోడై ఆట్లమ్మ పొక్కులు చీము పడతాయి. అందుకని ఆట్లమ్మ వచ్చినప్పుడు పెన్సిలిన్ ఇంజక్షనుగాని, టెట్రామైసిన్, లీడర్ మైసిన్ వంటి యాంటిబయాటిక్ మందులు వాడాలి.

కొందరికి ఆట్లమ్మ పొక్కులు బాగా దురద అనిపిస్తాయి. దురద తగ్గడానికి 'ఎవిల్–25' లేదా 'ట్రెక్సిల్-60' వంటి బిళ్ళలు ఉదయం–1, రాత్రి-1 చొప్పున వాడాలి.

జ్వరం, ఒళ్ళు నొప్పులు తగ్గడానికి మెటాసిన్ బిళ్ళలు వాడాలి.

పొక్కులు పగిలి రసి కారుతూ వుంటే నీళ్ళల్లో డెట్టాల్ వేసి గుడ్డతో ఒళ్ళంతా తుడిచి నైసిల్ పౌడరు రాయాలి.

ఆట్లమ్మకి పథ్యాలేవీ చేయనవసరం లేదు. మామూలుగా భుజించవచ్చు.

10. గవద బిళ్ళలు

గవద బిళ్ళలనే చంపవాపు, బిళ్ళలని, మమ్స్ అనే అంటారు. గవద బిళ్ళలు వైరస్ క్రిములు వల్ల వాచుతాయి. నొప్పి చేస్తాయి. జ్వరం వస్తుంది.

గవద బిళ్ళలు కూడా గాలి ద్వారా ప్రయాణించి ఒకరి నుంచి మరొకరికి సంక్రమిస్తాయి.

గవద బిళ్ళల వాపు జ్వరం పెద్ద వాళ్ళల్లో కంటె పిల్లల్లో రావడం ఎక్కువ. ఈ వ్యాధి క్రిములు శరీరంలోకి ప్రవేశించిన 12 నుంచి 22 రోజులకు వ్యాధి లక్షణాలు కలుగుతాయి.

గవద బిళ్ళల వాపు రావడానికి కొద్ది రోజులు ముందు నుంచి రోగి నలతగా కనబడతాడు. ఆ తరువాత చెంపకి ఒక వైపు పరోటిడ్ గ్లండు వాచుతుంది. ఆ తరువాత 1-2 రోజుల్లో రెండవ వైపు వాపు వస్తుంది.

చెంపవాపుతో టెస్టికల్స్ వాపు కూడా !

గవద బిళ్ళలు వచ్చిన వారికి కొందరు పురుషులకి టెస్టికల్స్ (వృషణాలు) ఒకటిగాని, రెండుగాని వాచుతాయి. రెండు వృషణాలు వాచిన వారిలో సంతాన సాఫల్యత తగ్గే అవకాశం ఉంది.

కొందరికి కడుపు నొప్పి అనిపిస్తుంది. దానికి కారణం గవద బిళ్ళల వాపుకి కడుపు లోపల పాన్ క్రియాస్ గ్రంథి కూడా వాచుతుంది.

గవద బిళ్ళలు వచ్చిన వారిలో కొందరికి గడ్డం క్రింద గ్లాండ్లు కూడా వాచుతాయి. అటువంటప్పుడు మెడ బాగా వాచి కన బడుతుంది.

చి కి త్స

గవద బిళ్ళలకి సరైన మందు లేదు. అయినా జ్వరం తగ్గడానికి పారసిటమాల్ బిళ్ళలు వాడాలి. వాపు తగ్గడానికి ఖైమరాల్ ఫోర్ట్, బిడాన్ జిన్ వంటి బిళ్ళలు తడవకి ఒకటి చొప్పున రోజుకి ౩ వాడాలి. గవద బిళ్ళలు వచ్చినప్పుడు బాక్టీరియా క్రిములు చేరి చీము పట్టకుండా 'లీడర్ మైసిన్-౩00' బిళ్ళలు ఉదయం-1 రాత్రి-1 చొప్పున 5 రోజులు వాడాలి. పిల్లల కైతే "యాంపిసిలిన్ - 125" బిళ్ళలు ఉదయం-1, మధ్యాహ్నం-1, రాత్రి-1 చొప్పున వాడాలి. గవద బిళ్ళలు ఉన్నప్పుడు తేలికగా అరిగే ఆహారం పెట్టాలి.

మమ్స్‌కి వాక్సీను

పిల్లలకి 16వ మాసంలోనే యం. యం. ఆర్ వాక్సీను ఒకటి చేయిస్తే గవద బిళ్ళలు రావటం ఉండదు.

11. న్యుమోనియా

న్యుమోనియా శ్వాసకోశాలకి వచ్చే ప్రమాదకర వ్యాధి. న్యుమోనియా వైరస్ క్రిములు వల్లా వస్తుంది, బాక్టీరి. క్రిములు వల్లా వస్తుంది.

న్యూమోకాక్కై అనే బాక్టీరియావల్ల వచ్చే న్యుమోనియా వ్యాధి అన్ని వయస్సుల వారిలోనూ, కనబడుతుంది. ముఖ్యంగా ఈ వ్యాధి శీతాకాలంలో వస్తుంది. గాలి ద్వారా ఈ క్రిములు సంభవిస్తాయి. న్యుమోనియావల్ల శ్వాస కోశాల్లో కొద్ది భాగంలో గాని, ఎక్కువ భాగం గాని పని చేయకుండా అవుతుంది.

రోగిని ఊపిరాడనివ్వదు !

న్యుమోనియా అకస్మాత్తుగా వస్తుంది. న్యుమోనియా తీవ్రమైన చలి జ్వరంతో మొదలవుతుంది. వాంతులు అవుతాయి. చిన్న పిల్లల్లో ఫిట్సు కూడా వస్తాయి.

న్యుమోనియాలో జ్వరం కొద్దిసేపట్లోనే 102-104 డిగ్రీలకి చేరుకుంటుంది. న్యుమోనియా వచ్చిన వారిలో ఆకలి వుండదు. తలనొప్పి ఉంటుంది. ఒళ్ళంతా నొప్పులుఉంటాయి. గాలి తీస్తూ ఉంటే ఛాతీలో నొప్పి అనిపిస్తుంది. ఒకొక్క

సారి ఛాతీలో వచ్చే నొప్పి భుజాలకీ, కడుపులోకి ప్రాకు తుంది.

> న్యూమోనియా వల్ల దగ్గుతూ వుంటే ఛాతీలో విపరీతమైన బాధ అనిపిస్తుంది. దగ్గడం కష్ట మవుతుంది దగ్గుతూ ఉంటే కళ్లె పడుతుంది. కళ్లె తుప్పు రంగులో వుంటుంది. ఒక్కొక్క సారి కళ్ళెలో రక్తం పడుతుంది.

న్యూమోనియా వల్ల ఊపిరి ఎక్కువసార్లు తీసి వదలడం వుంటుంది. మామూలుగా నిమిషానికి 16-18 సార్లు తీసే శ్వాస న్యూమోనియాలో 30-40 సార్లు తీయడం వుంటుంది. చిన్న పిల్లలైతే నిమిషానికి 50-60 సార్లు తీస్తారు. శ్వాస తీసే టప్పుడు బాధగా వుంటుంది. ఊపిరి పూర్తిగా పీల్చడం వుండదు.

న్యూమోనియాలో నాడి ఎక్కువసార్లు కొట్టుకుంటుంది. రక్త పోటు పడిపోతుంది. చర్మం వేడిగానూ,పొడిగానూ వుంటుంది. ముఖం ఉబ్బుతుంది. పెదాలు నీలంగా మారుతాయి. కొంద రికి గోళ్ళు, చేతులు నీలంగా మారుతాయి.

మందుతో డౌను అయ్యే న్యూమోనియా

పెన్సిలిన్ గాని, జెంటామైసిన్ గాని, స్ట్రెప్టోమైసిన్ గాని వాడితే న్యూమోనియా తేలికగా అదుపులోకి వచ్చేస్తుంది. మందులు

మొదలు పెట్టిన ఒకటి-రెండురోజులు జ్వరం నార్మల్‌కి వచ్చి వేస్తుంది. నాడివేగం తగ్గుతుంది. శ్వాస తీయడం కూడా మామూలు స్థితికి వస్తుంది. నీలంగామారిన పెదవులు, గోళ్ళు మామూలు అయిపోతాయి. దగ్గు తగ్గుతుంది. గాలి తీస్తే ఛాతీలో నొప్పి అనిపించడం పోతుంది. కళ్లె పడటం తగ్గుతుంది. ఒక వారం రోజుల్లో రోగికి స్వస్థత చేకూరుతుంది. వారం గడిచినా రోగి స్థితి మామూలు కాలేదంటే న్యుమోనియా దుష్ఫలితాలు కలిగాయని అనుకోవచ్చు. సాధారణంగా న్యుమోనియావల్ల ఊపిరితిత్తుల్లో చీము చేరుతుంది. వృద్ధులలోనూ, బలహీనంగా ఉండే వారిలోనూ న్యుమోనియా నుండి కోలుకోవడం ఆలశ్యమవుతుంది. వీరిలో కొందరికి కాంప్లికేషన్సు కూడా వస్తాయి.

న్యుమోనియాలో దుష్ఫలితాలు

న్యుమోనియాలో దుష్ఫలితాలు రక రకాలుగా ఉంటాయి. న్యుమోనియా వల్ల శ్వాస కోశాల్లో చీముతో కూడిన ప్లూరసు తయారవుతుంది శ్వాస కోశాలపైన ఉండే పొరల్లో చీము చేరుతుంది కొందరిలో వ్యాధి క్రిములు మెదడుకి చేరుతాయి.

న్యుమోనియాని మొదటి దశలోనే గుర్తించి చికిత్స చేస్తే దుష్ఫలితాలు అరుదుగా సంభవిస్తాయి.

12. టైఫాయిడ్

టైఫాయిడ్ జ్వరం సాల్మొనెల్లా టైఫీ అనే బాక్టీరియా క్రిమి వల్ల వస్తుంది. ఈ క్రిమి త్రాగే నీరు, తీసుకునే ఆహారం ద్వారా శరీరంలోకి చేరుతుంది. నీటి కాలుష్యం లేకపోలేదు. పరిసరాలు పరిశుభ్రంగా ఉంటేనూ, ఈగలు లేకపోతేనూ టైఫాయిడ్ జ్వరం రాదు.

టైఫాయిడ్ జ్వరం నిదానంగా పెరుగుతుంది. మొదటి మూడు నాలుగు రోజులు జ్వరం ఉన్నా ఉన్నట్లు అనిపించదు. రోగి మామూలుగా తన పనిలో ఉంటాడు. జ్వరం పెరిగిన తరువాతే తెలుసుకుంటాడు. టైఫాయిడ్‌లో జ్వరం రోజు రోజుకి పెరుగుతుంది. ఈ జ్వరం ఉదయం కంటె రాత్రి ఎక్కువగా ఉంటుంది. జ్వరం ఉన్నప్పుడు నలతగా ఉంటుంది. తలనొప్పి ఉంటుంది. మగత అనిపిస్తుంది కాళ్ళు నొప్పులనిపిస్తాయి, దగ్గు కూడా ఉంటుంది. కొందరికి ముక్కువెంట రక్తం పడుతుంది. మలబద్ధకం వుంటుంది.

టైఫాయిడ్ జ్వరం వచ్చినప్పుడు రక్తంలో తెల్లకణాలు సంఖ్య బాగా తగ్గిపోతుంది. టైఫాయిడ్ జ్వరం మొదలైన వారానికి కొందరికి ఒంటిమీద అక్కడక్కడ దద్దు కనబడుతుంది. జ్వరం కనబడిన వారం-పది రోజులకి స్ప్లీన్ పెరుగుతుంది.

టైఫాయిడ్ జ్వరం వచ్చిన వారిలో తలనొప్పి ప్రత్యేకంగా అనిపించినట్లే కడుపు నొప్పి అని పిస్తుంది.

ముఖ్యంగా కుడివైపు డొక్కలో నొప్పి అనిపిస్తుంది. కడుపు ఉబ్బరం వుంటుంది. టైఫాయిడ్ జ్వరం మొదలై రెండు వారాలు గడిచినా సరైన చికిత్స జరగకపోతే కొందరిలో దుష్ఫలితాలు కలుగుతాయి. రోగికి కోమా రావటం. ప్రేగుకి చిల్లు పడటం, వ్యాధి విషప్రభావాన్ని చూపించటం ఈ దుష్ఫలితాల్లో ప్రధానమైనవి.

మామూలుగా టైఫాయిడ్ జ్వరానికి సరైన మందు వాడటంతో 2–3 రోజుల్లోనే జ్వరం అదుపులోకి వస్తుంది. ఆకలి కనబడుతుంది. తలనొప్పి కడుపు ఉబ్బరం పోతాయి. ఈ స్వస్థత చేకూరినట్లు హాయిగా కనబడతాడు.

వైడాల్ టెస్టు

టైఫాయిడ్ జ్వరం అని అనుమానం కలిగినప్పుడు వైడాల్ టెస్టు చేయిస్తే టైఫాయిడ్ అయినదీ కానిదీ తేలుతుంది. అయితే జ్వరం మొదలవగానే ఈ టెస్టు చేయిస్తే ఫలితం ఉండదు. కనీసం వారం రోజులు గడిస్తే తప్ప ఈ టెస్టు చేయిస్తే సరైన రిజల్టు రాదు. అందుకని టైఫాయిడ్ జ్వరం మొదలైన వారానికి వైడాల్ టెస్టు చేయించాలి.

బ్లడ్ కల్చర్ చేయిస్తే కూడా టైఫాయిడ్ అయినదీ కానిదీ నిర్ధారణ అవుతుంది.

మందులే కాదు విశ్రాంతి కూడా ముఖ్యం

టైఫాయిడ్ జ్వరం వచ్చినప్పుడు రోగి పూర్తి విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. ఈ జ్వరానికి మందు ఎంత ముఖ్యమో విశ్రాంతి కూడా అంతగానే ముఖ్యం.

క్లోరోమైసిటిన్ క్యాప్సూల్స్ 500 మి.గ్రాం చొప్పున రోజుకి 4 సార్లు ఇవ్వాలి. జ్వరం తగ్గినా కనీసం పదిరోజులు ఈ మందు వాడాలి.

యాంపిసిలిన్ కూడా టైఫాయిడ్‌లా పనిచేస్తుంది. యాంపిసిలిన్ కూడా 500 మి. గ్రాం. చొప్పున రోజుకి 4 సార్లు ఇవ్వాలి. ఇలా 10 రోజులు వాడాలి.

ఈనాడు టైఫాయిడ్ క్రిములకి క్లోరోమైసిటిన్, యాంపిసిలిన్ రెసిస్టెన్స్ పెరిగి వ్యాధి త్వరగా తగ్గడం లేదు. వీటికి బదులుగా సిప్రాన్ (సిప్రోఫ్లాసిన్), జానోసిన్ (ఒఫ్లాక్సాసిన్) మందులు శక్తివంతంగానూ, తృప్తికరంగాను పనిచేస్తున్నాయి. "సిప్రాన్-500" టాబ్లెట్లు గాని జానోసిన్ గాని, టెర్విడ్ గాని ఉదయం-1, రాత్రి1- చొప్పున 10-15 రోజులు వాడాలి.

టైఫాయిడ్ జ్వరంతో భోజనం చేయకూడదు. భోజనం చేస్తే నష్టం కలుగుతుంది. మొదటి కొద్ది రోజులు నూకల జావ తీసుకోవాలి. ద్రవ పదార్థం ఎక్కువ తీసుకోవాలి. జ్వరం పూర్తిగా తగ్గిన 3-4 రోజులకి అన్నం పెట్టవచ్చు.

టి. ఎ. బి. వాక్సీను

టైఫాయిడ్ జ్వరం రాకుండా టి. ఎ. బి. వాక్సీను ఉంది. ఈ వాక్సీను తీసుకుంటే కనీసం రెండు సంవత్సరాలు టైఫాయిడ్ రాకుండా నిరోధింపబడుతుంది. టైఫాయిడ్ వచ్చే పరిస్థితులు ఉన్నప్పుడు ప్రతి 2-3 సంవత్సరాలకి ఈ వాక్సీను తీసుకోవాలి.

13. పారాటైఫాయిడ్

పారాటైఫాయిడ్ జ్వరం కూడా దాదాపు టైఫాయిడ్ జ్వరం వంటిదే. సాల్మొనెల్లా పారాటైఫీ బాక్టీరియా క్రిమివల్ల పారాటైఫాయిడ్ జ్వరం వస్తుంది. టైఫాయిడ్ లాగానే ఇది కూడా నీటి ద్వారా, ఆహార పదార్థాల ద్వారా ఈ క్రిమి జీర్ణకోశం ప్రేగుల్లో చేరి వ్యాధిని కలుగజేస్తుంది.

పారాటైఫాయిడ్, టైఫాయిడ్ రెండింటిలో వ్యాధి లక్షణాలు, దుష్ఫలితాలు ఒకే విధంగా ఉంటాయి. అయితే టైఫాయిడ్‌తో పోలిస్తే పారాటైఫాయిడ్ వల్ల కలిగే బాధలు, దుష్ఫలితాలు తక్కువ.

పారాటైఫాయిడ్ జ్వరం త్వరగా తగ్గుతుంది. జ్వరం తక్కువ ఉంటుంది.

టైఫాయిడ్ జ్వరం నిదానంగా పెరిగితే పారాటైఫాయిడ్ అకస్మాత్తుగా వస్తుంది. త్వరగా జ్వరం ఎక్కువ అవుతుంది. టైఫాయిడ్ జ్వరంలో ఒంటిమీద దద్దు (రాష్) తక్కువ కనబడితే పారాటైఫాయిడ్‌లో ఎక్కువ కనబడుతుంది.

టైఫాయిడ్ అయినదీ, పారాటైఫాయిడ్ అయినదీ వైడాల్ టెస్టు బ్లడ్ కల్చర్ ద్వారా తెలుసుకోవచ్చు.

పారాటైఫాయిడ్‌కి కూడా టైఫాయిడ్‌కి లాగానే మందులు వాడాలి. టైఫాయిడ్‌లో ఎటువంటి దుష్ఫలితాలు కలుగుతాయో పారాటైఫాయిడ్‌లో కూడా అటువంటి దుష్ఫలితాలు కలుగుతాయి. అందుకని జాగ్రత్తగా ఉండాలి.

టైఫాపాయిడ్‌లో లాగానే పారాటైఫాయిడ్‌లో కూడా ఆహారం నియమం పాటించాలి. పూర్తి కోర్సు మందులు వాడాలి. పూర్తి విశ్రాంతి తీసుకోవాలి.

14. మలేరియా

మలేరియా జ్వరం చాలా సాధారణంగా వచ్చే జ్వరం. ఈ జ్వరం దోమలు కుట్టడం వల్ల వస్తుంది. దోమలు లేకుండా పోతే మలేరియా లేకుండా పోతుంది.

మలేరియాకి కారణమయ్యే క్రిములు నాలుగు రకాలు.

1. ప్లాసమోడియం ఫాల్సిఫారమ్. 2. ప్లాసమోడియం వైవాక్స 3. ప్లాసమోడియం మలేరియా. 4. ప్లాసమోడియల ఓవాలె.

మలేరియాకి కారణమయ్యే ఈ నాలుగు రకాల క్రిములు దోమలు కుట్టడం ద్వారానే శరీరంలోకి చేరుతాయి. శరీరంలో చేరిన క్రిమివల్ల జ్వరం రోజూ రావడం లేదా రెండు రోజులకీ, నాలుగు రోజులకీ రావడం ఆధారపడి ఉంటుంది.

దోమ కుట్టిన వారానికి చలిజ్వరం

మలేరియా వ్యాధి క్రిములు దోమ కుట్టడం ద్వారా శరీరంలో చేరిన వారం నుంచి పది రోజుల్లో చలిజ్వరం (మలేరియా) కనబడు

తుంది. మరికొన్ని రకాల్లో ఇంకా ఎక్కువ కాలం పట్టుతుంది.

మలేరియాలో మూడు దశలు కనబడతాయి. మొదటిదశ-గజ గజ లాడించే చలి. రెండవదశ—ఒళ్ళు కాలిపోయే జ్వరం. మూడవ దశ-ఒళ్ళు ముంచేసే చమటలు.

చలి దశలో రోగి గడగడవణికిపోతాడు. చలితో పళ్ళు కట కటలాడిస్తాడు. చలితో పాటు జ్వరం పెరగడం మొదలవు తుంది. ఆ సమయంలో వాంతులు కూడా అవుతాయి. తల నొప్పి కూడా ఉంటుంది. కొద్దిసేపట్లో జ్వరం 103—105 డిగ్రీలకి చేరుకుంటుంది. సాధారణంగా చలిమొదలైన అర గంటలో జ్వరం తీవ్రస్థాయికి చేరుకుంటుంది. జ్వరం పెర గడంతో చలి తగ్గిపోతుంది.

వేడి దశలోకి చేరిన తరువాత రోగి జ్వరతాపాన్ని భరించ లేకపోతాడు. సంధి లక్షణాలు కలుగుతాయి. చలిదశలో వాంతులు కూడా ఉంటాయి. ఈ దశనుంచి ఒక గంట నుంచి ఆరుగంటలు వుంటాయి.

జ్వరం మండిపోయిన గంటా-రెండు గంటలకే చెమటలు విప రీతంగా పోస్తాయి. చమటలు పోయడం మొదలవడంతో రోగి కాస్త తేలికపడి నిద్రలోకి జారుకుంటాడు.

ప్లాసమోడియం ఫాల్సిఫారమ్ తరగతికి చెందిన మలేరియా జ్వరంలో స్పష్టంగా ఈ మూడు దశలు కనబడవు. జ్వరం

నిదానంగా పెరుగుతుంది. తలనొప్పి విపరీతంగా ఉంటుంది. వాంతులు కూడా విపరీతంగా అవుతాయి. అయినా రోగి పరిస్థితి పైకి విషమంగా కనిపించదు. అయితే ఉన్నట్లుండి ఒక్కసారిగా సీరియస్ అవుతుంది.

ఒకే వ్యక్తిలో ఒక రకం మలేరియా కాకుండా రెండు రకాలు కూడా కలిగి ఉండవచ్చు.

మలేరియా వస్తే రక్త హీనత

మలేరియా జ్వరం వచ్చే వారిలో రక్తహీనత ఉంటుంది. వీరిలో స్ప్లీన్ కూడా పెరుగుతుంది. మలేరియా రావడం వల్ల చిన్న పిల్లలు ఆరోగ్యంగా ఎదగకుండా అవుతారు. గర్భిణి స్త్రీలలో మలేరియా వల్ల గర్భస్రావమయ్యే ప్రమాదం ఉంది.

మెదడుకి మలేరియా

సెరెబ్రెల్ మలేరియా వల్ల కోమా వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. రోగి కోమాలోకి వెళ్ళినప్పుడు మలేరియా అని గుర్తించి వెంటనే చికిత్స చేయకపోతే ప్రాణాప్రాయం కలుగుతుంది.

మలేరియా వల్ల కొందరిలో మూత్రం నల్లగా వస్తుంది. మలేరియాలో అధికంగా రక్తకణాలు పగిలిపోవడం వల్ల ఇలా జరుగుతుంది. దీనినే "బ్లాక్ వాటర్ ఫీవర్" అంటారు.

మలేరియాకి చికిత్స

రక్తపరీక్ష చేస్తే మలేరియా క్రిములు స్పష్టంగా కనబడతాయి. జ్వరం మలేరియాకి సంబంధించినదని తేలగానే మలేరియా మందులు వాడాలి.

మలేరియాలో చమటలు విపరీతంగా పోస్తాయి. కనుక రోగి నీరు ఎక్కువ త్రాగాలి. లేని పక్షంలో నరానికి సెలైను పెట్టాలి.

క్లోరోక్విన్ బిళ్ళలు ఒకేసారి నాలుగు బిళ్ళలు వేసుకోవాలి. ఆ తరువాత ఆరుగంటలకి రెండు బిళ్ళలు వేసుకోవాలి. అటుపైన రోజూ రెండు బిళ్ళలు చొప్పున 3 రోజులు వాడాలి. సెరెబ్రెల్ మలేరియా ఉన్నప్పుడు రోగి కోమాలో ఉంటాడు కనుక క్లోరోక్విన్ ఇంజక్షను నరంద్వారా ఎక్కించాలి. రోగి ఇంకా కోమాలో ఉంటే నాలుగు గంటలు తరువాత మరో ఇంజక్షను నరానికి ఇవ్వాలి. ఆపైన బిళ్ళలు వాడవచ్చు.

బ్లాక్ వాటర్ ఫీవర్ పరిస్థితి ఉన్నప్పుడు ముందు కార్టిజోన్ ఇంజక్షను ఇవ్వాలి. ఆ తరువాత రక్తం ఎక్కించాలి.

మలేరియా తరచు తిరగబెడుతూ ఉంటే పూర్తి నిర్మూలన కొరకు ప్రైమాక్విన్ బిళ్ళలు రోజూ ఉదయం 2 బిళ్ళలు చొప్పున 14 రోజులు తీసుకోవాలి.

మలేరియా వుండే ప్రాంతంలో నివసించువారు ప్రతీవారం క్లోరోక్విన్ రెండేసి బిళ్ళలు చొప్పున తీసుకుంటూ వుండాలి.

దానితో మలేరియా నిరోధింపబడుతుంది. చిన్న పిల్లలకి కూడా పెద్దవాళ్ళ మోతాదుకి సగం ఇవ్వాలి.

మలేరియా వచ్చి రక్తహీనత కలిగి నీరసం వస్తున్న వారికి ఐరన్ బిళ్ళలు గాని, టానిక్కులుగాని ఇవ్వాలి.

మలేరియా రాకుండా వుండాలంటే దోమలు లేకుండా చూసుకోవాలి.

15. క్షయ జ్వరం

క్షయవ్యాధినే టి. బి. అంటారు ఇది మైకోబాక్టీరియం ట్యూబరక్యులోసిస్ అనే క్రిమి వల్ల వస్తుంది. ఈ క్రిములు గాలిలో కలిసి శ్వాస తీసుకున్నప్పుడు ఊపిరితిత్తుల్లోకి చేరుతాయి. ఆహార పదార్థాల మీద ఈ క్రిములు పడి ఆహారం తీసుకున్నప్పుడు జీర్ణకోశంలోకి చేరుతాయి. శరీరంలోకి ఏ రకంగా చేరినా ఆ తరువాత రక్తంలోకి ప్రవేశించి శరీరాని కంతటికీ వెళతాయి. అందుకని క్షయవ్యాధి ఊపిరితిత్తుల్లోనే కాకుండా జీర్ణకోశంలో మూత్రపిండాల్లో, మెదడులో, ఎముకల్లో, మెడ దగ్గర ఇతర చోట్ల లింఫ్ గ్రంధుల్లో క్షయ వ్యాధి కలుగుతుంది.

రోజులు తరబడి జ్వరం

క్షయవ్యాధి వచ్చిన వారిలో మొదట్లో చాలా కాలం కొద్దిపాటి జ్వరం ఉంటుంది.

ఆకలి తగ్గిపోతుంది. బరువు కోల్పోతారు. రక్త హీనత కలుగుతుంది. అలసట ఎక్కువ ఉంటుంది. అతినీరసం అనిపిస్తుంది.

క్షయవ్యాధికి జ్వరం ముఖ్యంగా సాయంత్రం పూట పెరుగుతుంది. నిద్రలో చమటలు ఎక్కువ పోస్తాయి. అందుకనే క్షయవ్యాధి ఉన్నవారికి అర్ధరాత్రి చమటలు ఎక్కువ పోస్తాయి.

క్షయవ్యాధి ఊపిరి తిత్తులకి వచ్చినప్పుడు దగ్గు ఉంటుంది. దగ్గులో కళ్లె పడుతుంది. కళ్లే పచ్చగా ముద్దగా ఉంటుంది. కొందరికి దగ్గుతో పాటు రక్తం పడుతుంది. శ్వాస కోశాల మీద ఉండే పొరలు క్షయవ్యాధి వల్ల వాచితే గాలి పీల్చినప్పుడు నొప్పి అనిపిస్తుంది. కొందరికి క్షయ వ్యాధివల్ల ఈ పొరల్లో నీరు చేరుతుంది.

క్షయ వ్యాధి క్రిములు మెదడుకి చేరినప్పుడు రోగికి అపస్మారక స్థితి ఏర్పడుతుంది.

చికిత్స

ఈ రోజున క్షయవ్యాధికి శక్తివంతమయిన మందులు ఉన్నాయి. ఈ మందులు కోర్సుగా 6 నెలలు నుంచి సంవత్సరం వాడాలి. సాధారణంగా మందులు మొదలుపెట్టిన నెల

జ్వరంలో చలి, వణుకు కూడా ఉంటాయి. తలనొప్పి చాలా ఎక్కువగా ఉంటుంది. నడుమునొప్పి, కాళ్ళ నొప్పులుఉంటాయి. వికారం, వాంతులు ఉంటాయి. అపస్మారకస్థితి ఏర్పడుతుంది. కొందరికి ఫిట్సు కూడా వస్తాయి.

మెదడు పై పొరలకి వ్యాధిక్రిములు సోకి వాచినప్పుడు మెడ కండరాలు బిగపట్టేస్తాయి. తలవంచి గడ్డాన్ని ఛాతీకి ఆనించాలంటే ఎంతో బాధ అనిపిస్తుంది. తల వంచలేకపోతారు.

నిర్ధారణ పరీక్ష

మెదడువాపు జ్వరం అయినదీ కానిదీ తెలుసుకోవడానికి వెన్నులో నుంచి నీరు తీసి లేబరేటర్‌లో పరీక్ష చేయాలి. మెదడువాపు జ్వరమైతే వెన్ను నీరులో తెల్లకణాలు ఎక్కువ సంఖ్యలో ఉంటాయి. మామూలుగా వెన్ను నీరులో ఏ కణాలూ వుండవు.

వెన్ను నీరుని సెంట్రిఫ్యూజ్ చేసి అందులో చేరిన కణాలని స్టెయిన్ చేసి చూస్తే వ్యాధికారక క్రిములు తెలుస్తాయి.

వెన్ను నీరుని కల్చర్ పెట్టి చేస్తే ఏ క్రిములు ఉన్నదీ స్పష్టంగా తెలుస్తుంది. అయితే వైరస్ క్రిములు సోకినప్పుడు కల్చర్‌లోనూ, స్టయిన్‌లోనూ కనబడవు. వెన్ను నీరుకి సంబంధించిన ఇతర పరీక్షల ద్వారా వైరస్ ఇన్‌ఫెక్షనుని నిర్ధారణ చేయవచ్చు.

చికిత్స

మెదడువాపు జ్వరంలో విపరీతంగా తలనొప్పి, వాంతులు, వెలుతురు చూడలేకపోవడం, మనిషి గందరగోళంగా మారడం ఉంటాయి కనుక వెంటనే వెన్నులో నుంచి నీరు తీసి పరీక్ష చేయాలి. ఎంత త్వరగా వ్యాధిని కనిపెట్టి మందు వాడితే అంత సత్ఫలితాలు కలుగుతాయి. చికిత్స ఆలస్యమైన కొద్దీ దుష్ఫలితాలు కలుగుతాయి. అందుకని మెదడు వాపు జ్వరం లక్షణాల బట్టి త్వరగా వ్యాధి గుర్తించడం అవసరం.

మెదడువాపు జ్వరానికి వాక్సీను

మైనింగో కోకస్ మెనింజైటిస్, టి.బి. మెనింజైటిస్, జపనీస్ ఎన్ కెఫలైటిస్ వంటి మెదడువాపు జ్వరాలు వచ్చి ప్రాణ హాని కలగకుండా ముందుగానే వాక్సీను చేయవచ్చు.

17. ఫైలేరియా (బోదవ్యాధి)

దోమకాటువల్ల ఫైలేరియా జ్వరం వస్తుంది. ఫైలేరియానే బోదవ్యాధి అంటారు. బోదకాలు జ్వరం అని కూడా అంటారు. ఎందుకంటే ఈ వ్యాధికి చికిత్స సరిగ్గా పొందకపోతే

కాలు ఏనుగు కాలులాగా లావుగా తయారవుతుంది. దానివల్ల తరచు చలిజ్వరం వస్తుంది.

ఫైలేరియా జ్వరం మలేరియాలాగానే ఉంటుంది. చలి వణికించి వేస్తుంది. ఈ జ్వరం అకస్మాత్తుగా వస్తుంది.

ఫైలేరియా జ్వరం వచ్చిన వారిలో నరం వాచి ఎర్రగా తయారవుతుంది. లింఫ్ గ్లాండ్లు ఉబ్బి ఉంటాయి.

ఫైలేరియా జ్వరం ఉన్నప్పుడు రక్తంతీసి పరీక్ష చేస్తే వ్యాధి క్రిములు కనబడతాయి

ఫైలేరియాకి హెట్రొజాన్ టాబ్లెట్లు తగిన మోతాదులో మూడు వారాలు వాడితే తగ్గిపోతుంది. మళ్ళీ రాకుండా దోమలు కుట్టకుండా చూసుకోవాలి. ఫైలేరియాని నిర్లక్ష్యం చేస్తే దీర్ఘవ్యాధిగా మారి తరచు చలిజ్వరం వస్తుంది.

18. ఉడుకు జ్వరం

ఎండాకాలంలో ఉడుకుజ్వరాలు ఎక్కువ. ఉడుకుజ్వరం రావడానికి యెటువంటి వ్యాధి క్రిమీ కారణం కాదు. కేవలం ఎండవేడే కారణం.

ఎండల వల్ల చమటలు విపరీతంగా పోయడం వల్ల శరీరంలో

నుంచి ఎక్కువ శాతంలో ఉప్పు బయటకు పోతుంది. అది ఒక కారణం కాగా ఎంత వేడికి గురికావటం, శరీరం అధిక వేడిని తట్టుకోలేక పోవటం ఉడుకు జ్వరానికి మరొక కారణం.

ఉడుకు జ్వరం చిన్నపిల్లల్లోనూ, వృద్ధులలోనూ అనారోగ్యంగా ఉన్న వారిలోనూ, అకస్మాత్తుగా ఎంతవేడికి గురైన వారిలోనూ కనబడుతుంది.

ఉడుకు జ్వరం వచ్చిన వారికి ఒళ్ళు నొప్పులు, కాళ్ళు గుంజడాలు ఉంటాయి. జ్వరంతో పాటు వికారం, వాంతులు కూడా ఉండవచ్చు. కొందరికి విరోచనాలు అవుతాయి. తలనొప్పి, నీరసం అతిగా ఉంటాయి.

ఉడుకు జ్వరం వేరు, వడదెబ్బ వేరు, వడదెబ్బలో జ్వరం 106-107 డిగ్రీల వరకు వుంటుంది. రోగి స్పృహ కోల్పోతాడు. చమట పట్టడం వుండదు. వుడుకు జ్వరంలో స్పృహ మామూలుగానే వుంటుంది. చమట పట్టడం కూడా వుంటాయి.

ఉడుకు జ్వరం వచ్చినప్పుడు రోగిని చల్లని ప్రదేశంలో వుంచడం, తడిగుడ్డతో ఒళ్ళంతా తరచు తుడవడం, గ్లూకోజు వుప్పు కలిపి నీరు యెక్కువగా త్రాగించడం, మెటాసిన్ బిళ్ళలు వాడటం, వికారం-వాంతులుకి మందులు వాడటం చేయాలి.

19. మూత్రం మంచి - జ్వరం

కొందరికి మూత్రపిండాలలోనూ, మూత్ర వాహికల్లోనూ వ్యాధిక్రిములు చేరి అకస్మాత్తుగా చలిజ్వరం వస్తుంది. మూత్రం మాటి మాటికీ వస్తుంది. మంట అనిపిస్తుంది. కడుపులో నొప్పి వుంటుంది. నడుము నొప్పి కూడా వుంటుంది. వికారం-వాంతులు వుంటాయి. తలనొప్పి, ఒళ్ళు నొప్పులు ఎక్కువగా వుంటాయి.

> మూత్ర సంబంధిత వ్యాధివచ్చి ఇలాంటి లక్షణాలు కలిగినప్పుడు కొందరు వేడి చేసిందని అనుకుని నిమ్మరసం, మజ్జిగ త్రాగుతారు. కాని అది వేడిచేయడం కాదు, వ్యాధి క్రిములు చేరి కలిగే వ్యాధి.

మూత్ర సంబంధిత వ్యాధి కలిగినప్పుడు 'నార్‌ఫ్లాక్సిన్-400' బిళ్ళలు ఉదయం-1. రాత్రి-1 చొప్పున 10 రోజులు వాడాలి.

మూత్రం కల్చర్ టెస్టు చేసి మందులు వాడటం మంచిది. మూత్ర సంబంధిత వ్యాధులని నిర్లక్ష్యం చేస్తే మూత్ర పిండాలు దెబ్బతినవచ్చు.

20. వింత జ్వరాలు - క్రొత్త జ్వరాలు

రెండు-మూడు రోజులు జ్వరంతో మనిషి చనిపోయాడనీ, జ్వరం రావడంతో అపస్మారకం ఏర్పడుతోందనీ, రక్తం కక్కుంటున్నారనీ, అంతులేకుండా వాంతులు, విరేచనాలు అవుతున్నాయనీ, ఫిట్సు వస్తున్నాయనీ, ఏ మందుకీ వ్యాధి అదుపు అవడంలేదనీ, వ్యాధి ఒకేసారి ఎందరికో వస్తోందనీ, వ్యాధి ఏదైనదీ అంతుపట్టడం లేదనీ అప్పుడప్పుడు వార్తా పత్రికల్లో వార్తలు వస్తుంటాయి.

కొన్ని క్రొత్త వైరస్ క్రిములవల్ల ఇటువంటి విషజ్వరాలు వస్తున్నాయని వాటి గురించి పరిశోధన జరపవలసింది చాలా ఉన్నదనీ వైద్య శాస్త్రజ్ఞులు అంటున్నారు. అడపా తడపా వచ్చే ఈ జ్వరాలు వైద్యశాస్త్రజ్ఞులకి సవాలుగానే ఉంటున్నాయి. ఆ జ్వరాలు ఎందుకు వస్తున్నాయో ఏ క్రిమివల్ల వస్తున్నాయో తెలిసేవరకూ సరైన చికిత్స కుదరదు. ఏది ఏమైనా క్రొత్త రకంగా జ్వరం వచ్చినప్పుడు ఆరోగ్య వైద్యాధికారులకి తెలియచేయడం, వైద్య పరిశోధనకి సహాకరించడం అవసరం. ప్రస్తుతానికి ఇటువంటి జ్వరాలు ఉపశాంతిగా మందులు వాడటమే తప్ప వ్యాధి నివారణకు సరైన మందులులేవు.

21. రకరకాల జ్వరాలు - రకరకాల చికిత్సలు

జ్వరాలు గురించి చెప్పుకుంటూ ఉంటే రకరకాల జ్వరాలు ఉంటాయి. ఈ జ్వరాలు రావడానికి అనేక కారణాలు ఉంటాయి. చాలా జ్వరాల్లో ఒకేరకమైన లక్షణాలు ఉండటం సహజం. చలిజ్వరం వస్తే మలేరియా జ్వరమే అనుకుంటారు ఎందరో. మెదడువాపు వచ్చినా, గొంతులో టాన్సిల్స వాచినా, న్యుమోనియా వచ్చినా, మూత్రపిండాల వ్యాధి వచ్చినా, ఫైలేరియావచ్చినా జ్వరంలో చలి కనబడుతుంది. చలి మనిషిని వణికించి వేస్తుంది. చీముగడ్డ ఉన్నా క్రిములు రక్తంలో చేరి వణికించే జ్వరం వస్తుంది. అటువంటి సెప్టిక్ ఫీవర్స్‌ని కూడా మలేరియా అనుకుంటే ప్రమాదమే.

దాదాపు అన్ని జ్వరాల్లోనూ తలనొప్పి ఉంటుంది. ఫ్లూ వచ్చినా, టైఫాయిడ్ వచ్చినా, మెనింజైటిస్ వచ్చినా విపరీతంగా తలనొప్పి ఉంటుంది. జ్వరంలో వచ్చిన తలనొప్పిని మామూలు తలనొప్పే అనుకుని ఏవేవో బిళ్ళలు వాడుతూ కూర్చుంటే వ్యాధి ముదిరి ప్రమాదం కావచ్చు. అందుకని జ్వరం వచ్చినప్పుడు వ్యాధిలక్షణాలని నిర్లక్ష్యం చేయకుండా వ్యాధిని సక్రమంగా గుర్తించి చికిత్స చేయాలి.

అన్ని జ్వరాలకి ఒకటే మందు ఒకటే చికిత్స కాదు.

22. అంతుపట్టని జ్వరాలు

కొన్ని జ్వరాలు ఏవైనవీ అంతుపట్టక ఎన్ని మందులు వాడినా తగ్గకుండా ఉంటాయి.

ఒకే రోగిలో రెండు మూడు రోగాలు ఉండవచ్చు. టైఫాయిడ్ మాత్రమే అనుకుంటే ప్రక్కనే మలేరియా కూడా ఉండవచ్చు. టైఫాయిడ్‌కి మందు వాడినా మలేరియా ఉండబట్టి జ్వరం తగ్గకపోవచ్చు.

కొన్ని జ్వరాలు రక్తపరీక్షలు, ఇతర టెస్టులు చేసి రిపోర్టుబట్టి చికిత్స చేస్తారు. అయినా జ్వరం తగ్గదు. టెస్టులుబట్టి చికిత్స చేసినా జ్వరం తగ్గకపోవడానికి టెస్టు రిపోర్టు తప్పు కావచ్చు. అందుకని జ్వరం తగ్గనప్పుడు టెస్టులు ఒకటికి రెండుసార్లు రిపీట్ చేయాలి.

జ్వరం మొండిగా ఉన్నప్పుడు అవసరమైన పరీక్షలన్నీ చేయాలి. రక్తపరీక్ష, మూత్రపరీక్ష, కళ్లె పరీక్ష, కల్చర్ టెస్టు, బియాప్సీ, ఎక్సరే, అల్ట్రాసౌండు స్కానింగు, సి. టి. స్కానింగు, యం.ఆర్.ఐ., వెన్నులో నీరు మొదలైన పరీక్షలు అవసరంబట్టి చేయాలి.

జ్వరం తగ్గకుండా ఉన్నప్పుడు రోగికి జ్వరం ఎలా మొదలైందీ ఆ వ్యక్తి ఏ ప్రాంతం నుంచి వచ్చిందీ, అతను చేసే పని

ఏమిటి, రోగలక్షణాలు ఏమిటి, ఎంతకాలం నుంచి జ్వరం ఉన్నదీ మొదలైనవి క్షుణ్ణంగా అడిగి తెలుసుకోవాలి.

రోగిని మళ్ళీ మళ్ళీ పరీక్షచేస్తూ ఉండాలి. ఇవాళ పెంపొందని రోగ లక్షణాలు రేపు బయటపడవచ్చు. అందుకని ఒకసారి పరీక్ష చేస్తే ఇక అవసరం లేదనుకోకూడదు.

రోగి తను చేసిన తప్పు పనులని, మర్మావయాల దగ్గర ఉన్న పుళ్ళ గురించీ, గడ్డలగురించీ దాచుకోకుండా ప్రతీ ఒక్కటీ డాక్టరుకి చెప్పాలి. రోగాన్ని దాచుకుంటే రోగం ముదురుతుంది.

జ్వరం తగ్గకుండా ఉన్నప్పుడు, వ్యాధి ఏదైనదీ తేలనప్పుడు ఆసుపత్రిలో ఉండి డాక్టరు పర్యవేక్షణలో చికిత్స పొందడం అవసరం.

23. జ్వరం ఉంటే తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలు

విశ్రాంతి

జ్వరం వున్నప్పుడు విశ్రాంతి అవసరం. విశ్రాంతి లేకపోతే త్వరగా జ్వరం తగ్గదు. జ్వరం వున్న వ్యక్తి చల్లగా వుండే

గదిలో విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. చక్కని గాలి ప్రసరిస్తూ ఉండాలి. పరిసరాలు శుభ్రంగా వుండాలి. రోగి పడుకున్న పరుపు హాయిగా వుండాలి. నల్లులు, దోమలు, చీమలు వుండ కూడదు. ఇది రోగి నిద్రని భంగపరుస్తాయి. విశ్రాంతి తీసుకుంటున్న సమయంలో మానసిక ఉల్లాసం కోసం టి.వి. చూడటం, రేడియో వినటం, పుస్తకం చదవటం చేయాలి.

శారీరక శుభ్రత

జ్వరం వున్న వ్యక్తి ఒళ్ళు రోజుకి రెండుసార్లు డెట్టాల్ నీళ్ళతో తుడిచి నైసిల్ పౌడరు రాయాలి. జ్వరం ఎక్కువ ఉన్నప్పుడు ఒంటిమీద తడిగుడ్డ కప్పాలి.

రోగి నోటి శుభ్రత కాపాడాలి. రోజూ వుదయం పళ్ళు తోమాలి నోటిలోపల ఇన్‌ఫెక్షన్ రాకుండా చూడాలి.

మంచంమీదనుంచి లేవలేని రోగికి బెడ్‌సోర్స్ రాకుండా మెత్తని పరుపు వేయాలి. రోగిని తరచు ఇటు-అటు ఒత్తిగిల్లేటట్లు చేయాలి. రోగి కదలకుండా పడుకుని వుండిపోతే బెడ్ సోర్స్ పడతాయి.

రోగి దుస్తుల్లో మూత్రం, మలం విసర్జిస్తే వెంటనే మార్చి పక్కని శుభ్రంగా వుంచాలి.

త్రాగడానికి ఎక్కువ నీరు

జ్వరం ఉన్నప్పుడు మంచినీళ్ళు ఎక్కువ తీసుకోవాలి. కాని జ్వరం వున్నప్పుడు చాలామంది చాలా తక్కువ నీళ్ళు త్రాగుతారు. జ్వరం వున్నప్పుడు కనీసం 2-3 లీటర్ల నీరు తీసుకోవాలి. రోగి రోజు మొత్తం మీద 1500 సి.సి.ల మూత్రం విసర్జించాలి. మరి అంత మూత్రం విసర్జన చేయాలంటే కనీసం రెండున్నర-మూడు లీటర్ల నీరు త్రాగాలి. జ్వరంకి తోడు వాంతులు - విరోచనాలు వుంటే నీరు, ఉప్పు అధికశాతంలో బయటకు పోతాయి.

జ్వరంగా వున్నప్పుడు పల్చని మజ్జిగలో ఉప్పు కలిపి ఇవ్వడం, కొబ్బరినీళ్ళు, పళ్ళరసం, హార్లిక్సు ఇవ్వడం చేయాలి. ఒకవేళ రోగి తగినంత నీరు, ద్రవపదార్థాలు తీసుకోకపోతే నరానికి సెలైను పెట్టాలి.

జ్వరంగా ఉన్నప్పుడు తగినంత నీరు తీసుకోకపోతే జ్వరం తగ్గదు. హైడ్రేషను ఏర్పడి జ్వరం కంటిన్యూ అవుతుంది.

ఆ హా ర ం

జ్వరం ఉన్నప్పుడు కేలరీలు ఎక్కువ ఖర్చు అవుతాయి. ఖర్చు అయిన కేలరీలు సమకూర్చడానికి తగిన ఆహారం ఇవ్వాలి. కాని చాలామంది జ్వరం ఉన్నప్పుడు నోరు

బాగుండలేదని ఆహారం తీసుకోరు. అయినా ఏదో ఒక రూపంలో తేలికగా అరిగే ఆహారం ఇవ్వాలి. జ్వరం వుంటే అన్నం పెట్టకూడదనే అపోహ వుంది. ఆకలి, అరుగుదల ఉంటే అన్నం పెట్టవచ్చు. టైఫాయిడ్ వంటి జ్వరాలు తప్ప మామూలుగా ఆహారం తీసుకోకపోతే జావ తాగించాలి. గ్లూకోజు, పళ్ళరసం, పాలు, తేనె ఇవ్వాలి.

ని ద్ర

జ్వరంనుంచి త్వరగా కోలుకోవడానికి నిద్ర అవసరం. తల నొప్పి ఒళ్ళు నొప్పులు వుంటే తగ్గడానికి బిళ్ళలు ఇవ్వాలి. వాంతులు వుంటే ఇంజక్షను ఇవ్వాలి. నిద్రపట్టకపోతే పడుకోవడానికి మందు ఇవ్వాలి. రోగి హాయిగా నిద్రపోతే జ్వరం త్వరగా తగ్గుతుంది.

మ ం దు లు

మందులు సరైన మోతాదులో, సరైన సమయానికి వాడాలి.

అధైర్య పడకూడదు

రోగి అనవసరంగా భయపడకూడదు. ధైర్యంగా వుండాలి.

డాక్టరు చెప్పినట్లు వినాలి. దానితో రోగి జ్వరం నుంచి త్వరగా కోలుకుంటాడు.

సరైన అవగాహన ఉండాలి

జ్వరం గురించి రోగికి సరైన అవగాహన ఉంటే ముందే సగం జ్వరం తగ్గిపోతుంది. మిగతా జ్వరం డాక్టరు తోడ్పటుతో త్వరగా తగ్గుతుంది.

రోగ విజ్ఞానం రోగ నిదానానికి మూలం.

— *** —

24 జ్వరాన్ని కలిగించే మందులు

మందులు జ్వరానితగ్గించవలసింది పోయి లేని జ్వరాని తెచ్చి పెట్టుతాయంటే ఆశ్చర్యంగానే ఉంటుంది. శరీరంలో రక్త-రకాల బాక్టీరియా క్రిములు చేరిర కరకాల వ్యాధులని కలుగజేస్తాయి. ఆ వ్యాధులని నయం చేయడానికి వాడే మందులు ఒక్కొక్కప్పుడు జ్వరాన్ని కలుగజేస్తాయి. ఇటువంటపుడు వ్యాధివల్ల జ్వరం అనుకుని మరిన్ని మందులు వాడే ప్రమాదం ఉంది! మందులు వాడుతున్నకొద్దీ జ్వరం తగ్గక పోగా పెరుగుతుంది.

జ్వరాన్ని కలిగించే మందులు సల్ఫానమైడ్స్, ఆర్సెనికల్స్, ఐడైడ్స్, థయోరసిల్స్, బార్బిట్యురేట్స్, ముఖ్యమైనవి. ఈ మందులు సాధారణంగా వచ్చే వ్యాధులని తగ్గించడానికి థైరాయిడ్ గ్రంధి వ్యాధికీ, ఫిట్సుకీ వాడతారు. మలబద్ధకం తొలగడానికి వాడే విరోచనకారి మందులు కూడా జ్వరాన్ని కలిగించవచ్చు.

అంతకు ముందు లేని జ్వరం మందులు మొదలు పెట్టిన తరువాత కనబడ్డా, రోగిలో జ్వరం ఎంతకీ తగ్గకుండా ఉన్నా మందులు కారణమేమోనని అనుమానించి వాడుతున్న

మందులు మానివేసి చూడాలి. మందులే జ్వరానికి మూలమైతే మానేయగానే జ్వరం తగ్గిపోతుంది. తిరిగి మొదలుపెడితే మళ్ళీ జ్వరం వస్తుంది దీనినిబట్టి ఆ మందులే జ్వరానికి కారణమని మానివేయాలి. ఇతర మందులు వాడాలి. ఒక మందు జ్వరాన్ని కలిగించినంత మాత్రాన అన్ని మందులు జ్వరాన్ని కలిగించాలని లేదు.

కొందరికి కొన్ని మందులు మొదలుపెట్టగానే జ్వరం కనపడితే మరికొందరికి వారం-పదిరోజులు గడచిన తర్వాత జ్వరం మొదలవుతుంది. మొదట్లో కొద్దిపాటిగా ఉండి, మందులు కంటిన్యూ చేస్తున్నకొద్దీ రోజు రోజుకి పెరుగుతుంది.

25 టీకాలు, వ్యాధినిరోధక ఇంజక్షన్లు కలిగించే జ్వరం

మశూచికం టీకాలు, కలరా వాక్సీను, పొంగు రాకుండా వేసే మీజిల్స్ వాక్సీను, కోరింత దగ్గు, ధనుర్వాతం, డిఫ్తీరియా రాకుండా వేసే వాక్సీను— ఇలా రకరకాల టీకా మందులు, వ్యాధి నిరోధక ఇంజక్షన్లు చేయించుకున్న తరువాత జ్వరం రావటం సహజం.

కొందరిలో టీకా మందులు, వాక్సీన్లు కొద్దిపాటిగానే జ్వరం కలిగిస్తే మరికొందరికి అతి తీవ్రంగా జ్వరం వస్తుంది. ఇలా వచ్చే జ్వరం వెంటనే రావచ్చు లేదా రోజులు గడచిన తరువాత రావచ్చు. వెంటనే తీవ్రంగా వచ్చే జ్వరం విష పరిణామాలు కలిగించవచ్చు.

వాక్సీను చేయించుకున్న తరువాత జ్వరం రావడమే కాకుండా కొందరికి ఒంటిమీద దద్దుర్లు, రాష్ వస్తాయి. శరీరంలో వివిధ చోట్ల లింఫ్ గ్లాండ్లు ఉబ్బుతాయి. కీళ్ళు బిగుసుకుని నొప్పి చేస్తాయి. కీళ్ళు వాచుతాయి.

వాక్సీను చేయించుకున్న తరువాత వచ్చే అనారోగ్యం పరిస్థితిని "సీరం సిక్‌నెస్" అంటారు. ఈ వ్యాధినిరోధక ఇంజక్షన్లు, టీకాలు గుర్రాలు, గొర్రెలు సీరం ద్వారా తయారు చేయడమే ఇందుకు కారణం. వాటి సీరం మనిషికి ఎలర్జీ కలిగించి జ్వరం, ఇతర బాధలని కలిగిస్తాయి.

టీకాలు, వ్యాధి నిరోధక మందులు వాడిన తరువాత జ్వరం కొద్దిగానే వస్తే ఏ బిళ్ళ వాడనవసరం లేదు. కొద్దిపాటిగా జ్వరం ఉంటే పిల్లలకి పారసిటమాల్ సిరప్, పెద్దవాళ్ళకి పారసిటమాల్ టాబ్లెట్లు వేస్తే సరిపోతుంది. వీటికి తగ్గకుండా జ్వరం పెరుగుతూ ఉంటే డాక్టరుకి చూపించి ఎవిల్ ఇంజక్షన్లు డెన్‌డ్రాన్ ఇంజక్షన్లు చేయించుకోవాలి. బి.పి పడిపోవడం షాక్ లక్షణాలు కలగడం ఉంటే నరానికి సలైను పెట్టడం,

ఆక్సిజను పెట్టడం చేయాలి. అందుకని టీకా మందులు సరిపడ నప్పుడు తేలికగా తీసుకోకుండా జ్వరం ఏ మాత్రం పెరుగు తున్నా వెంటనే డాక్టరు దగ్గరకి వెళ్ళాలి.

26 ఎలర్జీ తెచ్చిపెట్టే జ్వరాలు

కొందరు వ్యక్తులకి కొన్ని రకాల వాతావరణం సరిపడదు. ఆహార పదార్థాలు సరిపడవు. ఇలాగే ఇంకెన్నో.

ఎలర్జీ కలిగినపుడు కొందరికి తుమ్ములు వస్తే, మరికొందరికి దద్దుర్లు వస్తాయి. ఇంకొందరికి ఉబ్బసం వస్తుంది. ఇవేమీ లేకుండా కేవలం జ్వరం రావచ్చు.

ఎలర్జీ వల్ల జ్వరం వచ్చిందని అనుమానం కలిగినప్పుడు ఎలర్జీ కలిగించే వాటికి దూరంగా ఉండాలి.

జ్వరం తగ్గడానికి పారసిటమాల్ బిళ్ళలు వాడటమే కాకుండా ఎలర్జీ తగ్గడానికి ఎవిల్, కార్టిజోన్ మందులు వాడాలి. సాధా రణంగా ఎలర్జీకి కారణమయ్యే వాటికి దూరంగా ఉంటే జ్వరం తగ్గిపోతుంది. అలా తగ్గకపోతే 'ఎవిల్-25' టాబ్లెట్లు తడవకి ఒకటి చొప్పున 8 గంటలకి ఒకటి వేసుకోవడం, బెటన లాల్ టాబ్లెట్లు ప్రతీ 8 గంటలకి రెండు వేసుకోవడం చేయాలి. ఎలర్జీ పరిస్థితి ఎక్కువ ఉంటే పారసిటమాల్, ఎవిల్, బెటన సాల్ ఇంజక్షన్లు చేయించుకోవాలి.

27 పచ్చకామెర్లకి ముందుగా జ్వరం

సాధారణంగా కనబడే పచ్చకామెర్లని 'ఇన్‌ఫెక్టివ్ హెపటైటిస్' అంటారు. పచ్చకామెర్లు కనబడటానికి 10-15 రోజుల ముందు నుంచి నలతగా ఉండటం, జ్వరం కొద్దిగా రావటం ఉంటుంది. ఆ తరువాత జ్వరం 102-103 డిగ్రీలు ఉంటుంది. జ్వరంతో పాటు చలి కూడా ఉంటుంది. కొందరికి వాంతులు కూడా అవుతాయి. అతిగా నీరసం అనిపిస్తుంది. మామూలుగా వాడే మందులకి జ్వరం తగ్గదు. పచ్చకామెర్లు బయటపడిన తరువాతే జ్వరం తగ్గుముఖం పడుతుంది.

కళ్ళు పచ్చగా కనబడే వరకు పచ్చకామెర్ల వల్ల అని తెలుసుకోలేక మలేరియా అనో, టైఫాయిడ్ అనో మందులు వాడేస్తూ ఉంటారు కాని చాలా కేసుల్లో ముందుగానే ఇన్‌ఫెక్టివ్ హెపటైటిస్‌ని తెలుసుకోవచ్చు. కళ్ళు పచ్చగా మారక ముందే 10-15 రోజుల నుంచి మూత్రం పచ్చగా రావటం ఉంటుంది. యస్.జి.పి.టి. రక్తం పరీక్ష చేస్తే రక్తంలో ఈ ఎంజైము శాతం పెరిగి కనబడుతూంది.

పచ్చకామెర్లుతో జ్వరం వస్తున్నప్పుడు ఆ వ్యక్తికి పూర్తి విశ్రాంతి ఇవ్వాలి. వాంతులు అవుతూ ఉంటే నరం ద్వారా గ్లూకోజు ఎక్కించాలి. వాంతులు తగ్గితే నోటి ద్వారా గ్లూకోజు, పండ్లరసం, కొబ్బరినీళ్ళు ఇవ్వాలి.

పచ్చకామెర్లు వచ్చినప్పుడు టెట్రాసైక్లిన్ యాంటిబయాటిక్ మందులు వాడకూడదు యాంపిసిలిన్ వాడవచ్చు.
జ్వరానికి పారసిటమాల్ బిళ్ళ వాడవచ్చు.
పూర్తి సంత వరకు ఏ మందులు వాడకుండా రోగికి విశ్రాంతి ఇవ్వడం, వరానికి గ్లూకోజుగాని, నోటి ద్వారా ద్రవాలు ఇవ్వడం ద్వారా చికిత్స చేయాలి. పచ్చకామెర్లు కనబడిన తర్వాత జ్వరం తగ్గిపోతుంది అయినా కామెర్లు తగ్గేవరకు చికిత్స అవసరం.

28 బీర్జాల వాపు కలిగించే జ్వరాలు

పురుషులలో వృషణాలకి బాక్టీరియా క్రిములు, వైరస్ క్రిములు సోకి వాపు వస్తుంది. ఇలా వచ్చిన వారికి తీవ్రంగా జ్వరం వస్తుంది. కొందరికిందోమలు కుట్టడం ద్వారా ఫైలేరియా వ్యాధి వచ్చి జ్వరం వస్తుంది.
ఏ కారణం వల్ల అయినప్పటికీ బీర్జాలు వాచి జ్వరం వచ్చినప్పుడు పూర్తి విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. కొందరికి బీర్జాలవాపు, జ్వరం ఉన్నప్పుడు తీవ్రంగా నొప్పి ఉంటుంది. దానివల్ల షాక్ కి లోనయ్యే ప్రమాదం ఉంది. సెప్టిసీమియా కూడా షాక్ ని కలుగజేస్తుంది.

బీర్జాలవాపు వచ్చి జ్వరం ఉన్నపుడు "ఎమోక్సిలిన్-500" క్యాప్సూల్స్ ఉదయం-1, మధ్యాహ్నం-1, రాత్రి-1 చొప్పున వారం పదిరోజులు వాడాలి. 'బిడాన జెన్ ఫోర్ట్' బిళ్ళలు కూడా ఉదయం-1, మధ్యాహ్నం-1, రాత్రి-1 చొ॥న వాడాలి. ఫైలేరియా అని అనుమానం ఉన్నపుడు 'యూనికార్బజాన్ ఫోర్ట్' ఉదయం-1, రాత్రి-1 చొ॥న మూడు వారాలు వాడాలి. జ్వరం తగ్గే వరకు పారసిటమాల్ బిళ్ళలు తడవకి రెండు చొ॥న ప్రతీ 8 గంటలకి ఒకసారి వాడాలి.

రోగి పాక్ స్థితిలో ఉంటే ఆసుపత్రిలో చేరి చికిత్స పొందాలి.

29 శ్వాసకోశ వ్యాధులు కలిగించే జ్వరం

శ్వాసకోశాలకి రకరకాల వ్యాధులు వస్తాయి. శ్వాసకోశాలకి వచ్చే దాదాపు అన్ని వ్యాధుల్లో జ్వరం కనబడుతుంది. శ్వాసకోశాలకి క్షయ వ్యాధి వచ్చిన వారికి మొదట్లో కొద్ది పాటిగా జ్వరం ఉండి తర్వాత పెరుగుతుంది.

బ్రోంఖయిటిస్, ఎలర్జిక్ బ్రోంఖయిటీస్ లో కూడా జ్వరం ఉంటుంది.

న్యుమోనియా, న్యూమనైటిస్, లంగ్ యాబ్సెస్ వీటన్నింటిలో జ్వరం తీవ్రంగా ఉంటుంది.

శ్వాసకోశాలకి వ్యాధులు వచ్చినప్పుడు జ్వరంతో దగ్గు కూడా ఉండవచ్చు. కొన్నింటిలో దగ్గు అరుదు. దగ్గు లేనంత మాత్రాన్న శ్వాసకోశాలకి జబ్బు లేదనుకోగూడదు.

జ్వరం తరచు వస్తున్నా, రోగి ఆయాసపడుతున్నా, శ్వాస కోశ వ్యాధులు కారణమేమో తెలుసుకోడానికి ఛాతి ఎక్స్ రే తీయించుకోవడం అవసరం.

శ్వాసకోశ వ్యాధులు వల్ల జ్వరం వస్తున్నప్పుడు కారణం బట్టి చికిత్స చేయాలి.

30 కాలేయానికి పుండు

కొందరికి లివర్ కి (కాలేయానికి) పుండు ఏర్పడుతుంది. కాలేయానికి ఎమీబియాస్ వల్ల పుండు పడ్డా జ్వరం వస్తుంది. ఇటువంటప్పుడు రోగి చాలా నీరసంగా ఉంటాడు. చలి జ్వరం ఉంటుంది. ఆకలి ఉండదు. వాంతులు కూడా ఉండవచ్చు.

కాలేయానికి పుండు ఉన్నప్పుడు కుడి డొక్కలో నొప్పి ఉంటుంది.

అల్ట్రా సౌండు స్కానింగ్ చేయిస్తే కాలేయానికి వచ్చిన పుండు తెలుస్తుంది. కాలేయంలో పుండు ఏర్పడినప్పుడు సూది వేసి చీముని తీసి వేసి మందులు వాడాలి.

ఎమీబియాసిస్ వల్ల కాలేయానికి పుండు ఏర్పడటం ఎక్కువ 'మెట్రోజిల్' సల్యూషన్ ప్రతి 8 గంటలకొకసారి నరానికి ఎక్కిస్తే రోగి త్వరగా కోలుకుంటాడు. చీము తీసి మందులు వాడటంతో జ్వరం తగ్గిపోతుంది.

31. ఎముకకి పుండు - జ్వరం

స్టెఫలోకోకస్ బాక్టీరియా క్రిములు ఎముకకు సోకగా 'ఆస్టియో మైలైటిస్' అనే ఎముక పుండు ఏర్పడుతుంది. ఇటువంటి ఎముక పుండు ఏర్పడిన వారికి జ్వరం వస్తుంది.

ఎముక పుండు ఏర్పడిన వారికి పుండు వున్నచోట ఎముకలో నొప్పి కలుగుతుంది. ఎముకపైన వాపు వస్తుంది. ఆ తరువాత చర్మం పుండుగా మారుతుంది. పుండు పడిన చోటనుండి చీము కారడమే కాకుండా ఎముకనుండి చిన్న చిన్న ఎముక ముక్కలు బయటకు వస్తాయి.

ఎముక పుండు పడినవారికి పూర్తి విశ్రాంతి ఇచ్చి సరైన యాంటిబయాటిక్ మందులు వాడాలి. పుండు పడిన చోట అవసరం బట్టి ఆపరేషన్ చేసి కుళ్ళిన ఎముక భాగాన్ని శుభ్రం చేయాలి.

32 సిరల వాపు జ్వరం

కొందరికి శరీరంలో ఉండే సిరలు వాచి చాలా నొప్పి చేస్తాయి. సిరలు ఎర్రగా మారుతాయి. ఆ ప్రాంతమంతా పుండుగా బాధ అనిపిస్తుంది. జ్వరం కూడా ఉంటుంది.
సిరలు వాచినప్పుడు అందులో రక్తం కూడా సరైన ప్రసారం లేక గడ్డ కట్టుతుంది. ఇటువంటి వ్యాధిని థ్రోంబోప్లైబైటిస్ అంటారు.

థ్రోంబో ఫ్లైబైటిస్ కాళ్ళలో కలగడం ఎక్కువ. ఇటువంట ప్పుడు కాళ్ళు వాచిపోతాయి. ఎర్రగా కందిపోతాయి.

థ్రోంబో ఫ్లైబైటిస్ కలిగినప్పుడు పూర్తి విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. కాలువాపు తగ్గడానికి ఇలాస్టిక్ బ్యాండేజ్ కట్టి ఎత్తి పెట్టి పడుకోవాలి. యాంటిబయూటిక్ మందులు వాడాలి. కొందరికి ఫైలేరియావల్ల లింఫాటిక్ నాళాలు వాచి కాలువాచి పోవడం ఉంటుంది, ఇటువంటప్పుడు ఫైలేరియా తగ్గడానికి "హెట్రాజాన్" బిళ్ళలు వాడాలి.

33. విరోచనాలు - జ్వరం

బాక్టీరియా, వైరస్ క్రిములువల్ల జీర్ణకోశం వ్యాధిగ్రస్తం కావడం విరోచనాలు అవడం ఉంటుంది. కొందరికి వాంతులు అవుతాయి.

ఇన్‌ఫెక్షన్‌వల్ల విరోచనాలు అవుతున్నప్పుడు జ్వరంకూడా ఉంటుంది. ఇన్‌ఫెక్షన్ కంట్రోల్ అయితే జ్వరం తగ్గిపోతుంది. విరోచనాలు అయ్యేవారు "ఐమోసెక్ -యస్" క్యాప్సుల్స్ వెంటనే రెండు వేసుకోవాలి. ఆ తరువాత విరోచనాలు తగ్గే వరకు ప్రతీ నాలుగు గంటలకి ఒకటి చొప్పున వేసుకోవాలి, ఎలక్ట్రాల్ పౌడర్ గ్లాసునీళ్ళలో 4 చెంచాలు చొప్పున కలిపి త్రాగ గలిగినన్ని నీళ్ళు త్రాగాలి.

వైరస్ ఇన్‌ఫెక్షన్‌వల్ల విరోచనాలయితే మామూలు మందులు పనిచేయవు, అయితే ఈ విరోచనాలు కూడా వాటంతటవే త్వరగా తగ్గిపోతాయి. విరోచనాలవల్ల నీరసంరాకుండా "ఎలక్ట్రాల్" పౌడర్ ఎక్కువ తీసుకోవాలి.

34. ఆపరేషన్ తర్వాత జ్వరం

కొందరికి ఆపరేషన్ తరువాత కుట్లో చీముపట్టి జ్వరం రావడం ఉంటుంది. దానికి కారణం ఆపరేషన్ సమయంలోని క్రిములు శరీరంలో చేరడమే. వ్యాధి క్రిములు శరీరంలో చేరకుండా కూడా జ్వరం వస్తుంది. ఇటువంటి జ్వరం ఆపరేషన్ అయిన మొదటి రెండు రోజుల్లో కనబడుతుంది. దీనిని "టిస్యూ ఇంజ్యూరీ ఫీవర్" అంటారు. ఆపరేషన్ అయినపుడు శరీరంలో టిస్యూలు దెబ్బతింటాయి కనుక దానివల్ల ఈ జ్వరం వస్తుంది.

గాయపడిన టిస్యూలు నుంచి విడుదలయ్యే రసాయనిక పదార్థాలు మెదడుకి చేరి "హీట్ రెగ్యులేటర్ సెంటర్"ని తాత్కాలికంగా అస్తవ్యస్తం చేస్తాయి. దాని ఫలితమే ఆపరేషన్ తరువాత జ్వరం రావడం. రెండురోజుల్లో ఈ పరిస్థితి చక్కబడి జ్వరం తగ్గిపోతుంది.

ఈ రకమయిన జ్వరం తగ్గడానికి ప్రత్యేకంగా మందులు అవసరంలేదు. జ్వరం బాధ ఉంటే పారసిటమాల్ బిళ్ళలు వాడితే సరిపోతుంది. నీళ్ళు ఎక్కువ త్రాగాలి. నోటి ద్వారా ద్రవ పదార్థాలు తీసుకోవడం కుదరకపోతే నరం ద్వారా సిలైన్ తగినంత ఎక్కించాలి.

35. సుఖవ్యాధుల్లో జ్వరం

సుఖవ్యాధులు వచ్చినవారిలో మూత్రనాళం, మూత్రకోశం వ్యాధిగ్రస్తమవుతాయి. కొందరికి గజ్జల్లో బిళ్ళలు వాచుతాయి.

శరీరంలో వ్యాధి క్రిములవల్ల జ్వరాన్ని కలిగిస్తాయి.

సుఖవ్యాధులు వచ్చినప్పుడు "సైనో మైసిన్ – 100" క్యాప్సుల్స్ ఉదయం-1, రాత్రి-1 చొప్పున వాడాలి. ఈ క్యాప్సుల్సని గనేరియా (సెగవాధి)లో వారం రోజులు, సిఫి

లిస్‌లో 15 రోజులు వాడాలి. పాంకరాయిడ్స్, ఇతర సుఖ వ్యాధుల్లో కూడా ఈ కాప్సుల్స్‌ని వారం - పది రోజులు వాడాలి.

36. భయపడితే జ్వరం

భయపడితే జ్వరం రావడమనేది 10 సంవత్సరాల పిల్లల్లో ఎక్కువ- అకస్మాత్తుగా దేనినయినా చూసి దడుసుకున్నప్పుడు పిల్లల్లో తీవ్రంగా జ్వరం వస్తుంది. భయపడినప్పుడు జ్వరం రావడం పిల్లల్లో కనబడుతుందిగాని పెద్దవాళ్ళల్లో కనబడదు. దానికి కారణం పిల్లల్లో ఆటోనామిక్ నర్వస్ సిస్టం పటిష్టంగా పెంపొందకపోవడమే.

పిల్లలు భయపడినప్పుడు సింపథిటిక్, పారాసింపథిటిక్ నర్వస్ సిస్టం అసాధారణంగా ప్రవర్తిస్తుంది. దాని ప్రభావం మెదడుకి ఉన్న హీట్ రెగ్యులేషన్ సెంటర్ మీద పడుతుంది. హీట్ రెగ్యులేటర్ సెంటర్ అస్తవ్యస్తం కావడంతో జ్వరం ఏర్పడుతుంది.

భయంవల్ల జ్వరం వచ్చినప్పుడు పిల్లలకి ముందు ధైర్యం కలిగించాలి. భయం తగ్గడానికి ట్రాంక్విలైజర్స్ ఇవ్వాలి. జ్వరం తగ్గడానికి పారసిటమాల్ బిళ్ళలుగాని, సిరప్‌గాని ఇవ్వాలి. ఇలా చికిత్స చేయగా ఒకటి రెండురోజుల్లో జ్వరం తగ్గుతుంది.

7. వర్షంలో తడిస్తే జ్వరం

వర్షంలో తడిస్తే జ్వరం రావటం చూస్తూనే ఉంటాం. వర్షంలో తడిసినప్పుడు జ్వరం రావడానికి కొంత వైరస్ క్రిములు విజృంభించటం కారణమయితే మరికొంత ఆటోనామిక్ నర్వస్ సిస్టం విలక్షణంగా ప్రవర్తించటమే.

మన శరీరంలో ఎప్పుడూ కొన్ని రకాల వైరస్ క్రిములు ఉంటాయి. మామూలుగా అవి చైతన్యరహితంగా ఉంటాయి. అకస్మాత్తుగా వాతావరణంలో మార్పు వచ్చినా, అకస్మాత్తుగా శరీరం చల్లబడినా, వేడి ఎక్కినా ఆ క్రిములు చైతన్యవంతమయి వ్యాధులని, జ్వరాన్ని కలగజేస్తాయి. వర్షంలో తడిసినప్పుడు శరీరం అకస్మాత్తుగా చల్లబడటమే కాకుండా వాతావరణంలో అకస్మాత్తుగా తేడా ఏర్పడటంతో వైరస్ విజృంభించి జ్వరాన్ని జలుబుని కలుగజేస్తాయి.

శరీరం ఉష్ణోగ్రతల్లోని మార్పు వైరస్ క్రిములు విజృంభించడానికి ఒక కారణం కాగా అకస్మాత్తుగా శరీరం చల్లబడి ఆటోనామిక్ నర్వస్ సిస్టం అస్తవ్యస్తతకు గురై మెదడులోని హీట్ రెగ్యులేటర్ సెంటర్‌ని కూడా అస్తవ్యస్తకు గురిచేయటం మరొక ముఖ్యకారణం.

వర్షంలో తడవగా జ్వరం వచ్చినప్పుడు వెచ్చని గదిలో ఉండటం, జ్వరం తగ్గడానికి పారసిటమాల్ టాబ్లెట్

వేసుకోవడం చేయాలి దానితో ఒకే రోజులో జ్వరం తగ్గుతుంది.

38. రక్తం ఎక్కిస్తే జ్వరం

కొందరికి కొన్ని పరిస్థితుల్లో మరొకరి రక్తం ఎక్కించవలసి వస్తుంది. రక్తం ఎక్కించినప్పుడు కొందరిలో జ్వరంవస్తుంది. దీనికి ముఖ్యకారణం ఎక్కించిన రక్తంలో బాక్టీరియా క్రిములు ఉండటమే. రక్తదాత నుంచి రక్తం సేకరించిన సీసాకి బాక్టీరియా క్రిములు ఉంటే అవి జ్వరాన్ని కలిగిస్తాయి.

రక్తం సరిపడక కూడా జ్వరం వస్తుంది. మరొకరి రక్తం వీరికి ఎలర్జీ కలిగిస్తుంది. రక్తదాత రక్తంలోని కొన్ని పదార్థాలు రక్తం ఎక్కించుకున్న వ్యక్తిలో యాంటిజన్‌గా పనిచేసి ఎలర్జీని కలుగజేస్తాయి. ఇటువంటప్పుడు కొందరికి కేవలం కాస్త జ్వరం తగిలి తగ్గిపోతే మరికొందరిలో చాలా సీరియస్ కాంప్లికేషన్‌లు కలుగుతాయి. ప్రాణంమీదకి వస్తుంది.

రక్తం ఎక్కించినప్పుడు జ్వరం వచ్చినప్పుడు ముందు ఎవిల్ ఇంజక్షన్, డెక్రడాన ఇంజక్షన్ ఇవ్వాలి. జ్వరం ఎక్కువ ఉంటే పారసిటమాల్ ఇంజక్షన్ ఇవ్వాలి. అవసరంబట్టి యాంటిబయాటిక్ ఇంజక్షన్ ఇవ్వాలి.

రక్తం ఎక్కించినప్పుడు జ్వరం కనబడితే తేలికగా తీసుకోవడం కాకుండా రోగిని జాగ్రత్తగా గమనించాలి. ఏవయినా దుష్ఫలితాలు కనబడితే వెంటనే చికిత్స చేయాలి. రక్తం ఎక్కిస్తున్నప్పుడే జ్వరం ఎక్కువగా వస్తే తాత్కాలికంగా రక్తం ఎక్కించడం ఆపివేయాలి. ఆ తరువాత పరిస్థితి బాగుందనుకుంటే తిరిగి రక్తం ఎక్కించాలి. రక్తం తీవ్రమయిన ఎలర్జీ కలిగిస్తుందనే అనుమానం కలిగితే ఇక ఆ రక్తంఎక్కించడం మానివేయాలి.

39. రొమ్ము గడ్డలు కలిగించే జ్వరం

కొందరు స్త్రీలలో రొమ్ములలో గడ్డలుతేలి జ్వరం వస్తుంది. రొమ్ములు బాగా సలపరం కలిగించడం, జ్వరంలో చలి రావడం ఉంటుంది. దీనినే "ఎక్యూట్ మాస్టయిటిస్" అంటారు.

రొమ్ములలో చీము గడ్డలు వచ్చి జ్వరం రావడానికి బాక్టీరియా క్రిములు కారణం. రొమ్ములు గడ్డలుగా మారి సలపరం కలిగిస్తున్న దశలోనే పెన్సిలిన్, యాంపిసిలిన్, జంటామైసిన్ వంటి యాంటిబయాటిక్ మందులువాడితే జ్వరం తగ్గిపోతుంది. రొమ్ములోని గడ్డలు పెరగకుండా తగ్గుతాయి అలా కాకుండా జాప్యం చేస్తే రొమ్ముల్లో చీము తయారవుతుంది. ఆపరేషన్ చేసి చీముని తొలగిస్తే తప్ప జ్వరం తగ్గదు.

40. సెగ్గడ్డలు - చీము గడ్డలు - జ్వరం

ఒంటిమీద సెగ్గడ్డలు, చీము గడ్డలు వచ్చినప్పుడు జ్వరం కన బడుతుంది. ఇటువంటి గడ్డలని ఉడుకు గడ్డలంటారు. చలవ చేయడానికంటూ ఏవేవో తింటూ గడిపేస్తూ ఉంటారు. ఉడుకు గడ్డలంటూ వేరే లేవు. ఇన్ఫెక్షన్ కలగడంవల్లే సెగ్గడ్డలు వస్తాయి.

సెగ్గడ్డలు, చీము గడ్డలు శరీరంలో ఎక్కడ వచ్చినా వాటికి బాక్టీరియా క్రిములు కారణం. వీటికి మొదటి దశలోనే పెన్సిలిన్, యాంపిసిలిన్, ఎరిథ్రోమైసిన్ మందులువాడాలి. దానితో వ్యాధి క్రిములు నిర్మూలింపబడతాయి.

చీముగడ్డలు తేలిన తరువాత కేవలం యాంటిబయోటిక్ మందులు వాడితే సరిపోదు. చీము తేలిన గడ్డలని ఆపరేషన్ చేసి చీము తీసివేయాలి. చీముని అలాగే ఉంచి ఎన్ని మందులు వాడినా ఫలితం ఉండదు. శరీరంలో చీము ఎక్కడు చేరినా ఆ చీముని బయటకు తీసివేయాలి. యాంటిబయోటిక్ మందులు చీమును హరాయించలేవు.

కొందరు చీము గడ్డలమీద మలాం పట్టీలు అతికిస్తారు. దాని వల్ల ఫలితం లేదు కదా నష్టంకూడా ఉంది. చీముగడ్డ పగి

లినా బయటకు రాకుండా చీము ఇంకా అందులోనేఉంటుంది. చీముగడ్డ మరింత పెరిగి శరీరంలో ఎక్కువ ప్రాంతాన్ని పుండు చేస్తుంది.

41. పెరిటోనైటిస్-జ్వరం

కొందరికి కడుపులో చీము తయారయి జ్వరం వస్తుంది. ఇటు వంటప్పుడు కడునొప్పి వస్తుంది. పొట్టకండరాలు బిగదీస్తాయి. పొట్టలోపల చీము చేరడాన్ని "పెరిటోనైటిస్" అంటారు. ప్రేగుకి చిల్లుపడటం, ఎపెండిసైటిస్ వాచడం, గర్భాశయ ప్రేగులు ఉబ్బడం- ఇలా అనేక పరిస్థితుల్లో పొట్ట లోపల చీము తయారవుతుంది. పొట్టపైనుంచి ఏదయినా లోపలకి పొడుచుకుపోయి గాయమయినా, అక్రమ పద్ధతిలో గర్భ స్రావం చేసినా పట్టిలోపల చీము చేరుతుంది.

పెరిటోనైటిస్ వచ్చిన వారిలో జ్వరం రావడమే కాకుండా పరిస్థితికూడా విషమంగా మారే ప్రమాదం ఉంది. అందుకని పెరిటోనైటిస్ వచ్చినప్పుడు శక్తివంతమయిన యాంటిబయా టిక్ మందులు వాడాలి. అవసరమయితే ఆపరేషన్ చేసి పొట్ట నుండి చీముని తొలగించాలి.

పెరిటోనైటిస్ వచ్చినప్పుడు ఏవేవో మందులు వాడుతూ కూర్చోకుండా చేయవలసిన రీతిలో చికిత్స చేయాలి.

42. అంతుపట్టని జ్వరంలో దాగి ఉండే గుండె జబ్బు

"సబ్ ఎక్యూట్ బాక్టీరియల్ ఎండో కార్డయిటిస్" అనే గుండె జబ్బు రావడానికి బాక్టీరియా క్రిములు కారణం. ఈ క్రిములు గుండెలోపల పొరలని వాచేటట్లు చేస్తాయి. దాని వల్ల జ్వరం వస్తుంది. ఇటువంటి జ్వరంలో ఇతరత్రా వ్యాధి లక్షణాలేవీ కనబడవు. జ్వరం తగ్గకుండా రోజులు తరబడి కొద్దో గొప్పో ఉంటుంది.

సబ్ ఎక్యూట్ బాక్టీరియల్ ఎండో కార్డయిటిస్ వల్ల జ్వరం వచ్చే వారిలో నీరసం ఉంటుంది. ఏ పనికయినా తేలికగా అలసిపోవడం ఉంటుంది. బరువు కోల్పోవడం, రాత్రిపూట చమటలు ఎక్కువవపోయడం, ఆకలి తగ్గిపోవడం, కీళ్ళ నొప్పి అనిపించడం వంటి లక్షణాలు ఉంటాయి. కొందరిలో కొన్ని గుండె జబ్బు లక్షణాలు ఉంటాయి.

సబ్ ఎక్యూట్ బాక్టీరియల్ ఎండో కార్డ యిటిస్ రావటానికి ఏదో ఒక కారణం ఉండకబోదు. పళ్ళు పీకించుకోవడం, మూత్రనాళం మూసుకుపోతే వెడల్పు చేయడానికి కడ్డీలు వేయడం, టాన్సిల్సు ఆపరేషన్ చేయించుకోవడం, శ్వాస కోశవ్యాధులు కలగడం వంటి పరిస్థితులలో సబ్ ఎక్యూట్

బాక్టీరియల్ ఎండోకార్డ యిటిస్‌కి నాందీ ప్రస్తావన జరగ వచ్చు. ఆ విధంగా శరీరంలోకి బాక్టీరియా క్రిములు చేరి గుండెకు వ్యాధిని కలుగ జేయవచ్చు.

"సబ్ ఎక్యూట్ బాక్టీరియల్ యెండోకార్డయిటిస్" వల్ల జ్వరం అని అనుమానం ఉన్నప్పుడు రక్తం కల్చర్ టెస్టు చేస్తే తెలిసిపోతుంది. ఇటువంటప్పుడు ఎక్కువ మోతాదులో పెన్సిలిన్ ఇంజక్షన్ ఇస్తే వ్యాధి తగ్గుతుంది. జ్వరం తగ్గి పోతుంది.

43. కేన్సరుతో జ్వరం

కేన్సరు జబ్బు ఉన్న వారిలో విడవకుండా కొద్దిపాటి జ్వరం ఉంటుంది.

జ్వరం అంతుపట్టకుండా ఉన్నప్పుడు కేన్సర్‌ని కూడా దృష్టిలో ఉంచుకోవాలి.

కేన్సరు అనేది రకరకాల రూపంలో ఉంటుంది. బ్లడ్ కేన్సర్ కావచ్చు, లింఫ్ గ్రంధులకి సంబంధించినది కావచ్చు, శరీరంలో వివిధ అవయవాలకి సంబంధించినది కావచ్చు. ఈ విషయాన్ని గుర్తించి కేన్సరును పరిశీలించాలి.

కేన్సరుకి చికిత్స చేస్తేనే జ్వరం అదుపులోకి వస్తుంది.

"ఇంటింటా వైద్య విజ్ఞానం" ధ్యేయంగా
ఉద్యమిస్తున్న ఏకైక వైద్య విజ్ఞాన రచయిత

డా॥ జి. సమరం

రచనావళి

1. ఆధునిక వైద్యవిజ్ఞాన గ్రంథావ

శరీరంలోని ముఖ్య అవయవాల నిర్మాణం వాటి పనితీరులను గూర్చిన సమగ్ర సమాచారంతో ఒక్కో ముఖ్య అవయవం తనంత తానుగా మన ముందుకు వచ్చి తమ అంతర్నిర్మాణం, ప్రాముఖ్యతల గురించి విపులంగా వివరించడం ఈ గ్రంథావళి ముఖ్యోద్దేశం. ఏ అవయవం అయినా సరిగా పనిచేయలేకపోతే వచ్చే వ్యాధులు- ప్రమాదపు అంచుల్లోకి వెళ్ళకుండా తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలు. నివారణోపాయం గురించి విడమరచి చెప్పే మార్గదర్శి ఈ గ్రంథావళి.

1.	జీర్ణకోశం - వ్యాధులు	రు. 15.00
2.	గుండె - జబ్బులు	రు. 15.00
3.	కాలేయం - వ్యాధులు	రు. 15.00
4.	మూత్రపిండాలు - వ్యాధులు	రు. 15.00
5.	కీళ్ళ నొప్పులు	రు. 15.00
6.	మెదడు - వ్యాధులు	రు. 15.00
7.	ఊపిరితిత్తులు - వ్యాధులు	రు. 15.00
8.	చెవి, ముక్కు - వ్యాధులు	రు. 15.00
9.	నోటి జబ్బులు	రు. 15.00
10.	చర్మ వ్యాధులు	రు. 15.00
11.	కంటి జబ్బులు	రు. 15.00
12.	మెడ - గొంతు వ్యాధులు	రు. 15.00

అనారోగ్యం అతి సహజం. దానికి కారణం రకరకాల వ్యాధులు. కొన్ని తెలిసి అశ్రద్ధ చేసేవి. కొన్ని తెలియక ముదరబెట్టుకొనేవి. వీటిల్లో మళ్లీ దీర్ఘకాలిక వ్యాధులూ – స్వల్పకాలిక వ్యాధులూ!

ఏ వ్యాధి లక్షణం ఏమిటో – తీసుకోవల్సిన జాగ్రత్తలేమిటో – ఎలా నయం చేసుకోవచ్చో విపులంగా సామాన్యులకు సైతం అర్థమయ్యేలా మీ ఆరోగ్య రక్షణ కొరకు ప్రత్యేకంగా రూపొందించినదే ఈ గ్రంథావళి.

1.	రక్తపోటు	రు. 12.00
2.	ఉబ్బసం	రు. 12.00
3.	హార్ట్ ఎటాక్	రు. 12.00
4.	మధుమేహం	రు. 12.00
5.	జ్వరాలు	రు. 12.00
6.	పక్షవాతం	రు. 12.00
7.	ఎయిడ్స్	రు. 12.00
8.	కేన్సర్	రు. 12.00
9.	పైల్స్–ఫిస్టులా–ఫిషర్	రు. 12.00
10.	నడుం నొప్పి – మెడ నొప్పి	రు. 12.00
11.	కడుపు నొప్పి	రు. 12.00
12.	కామెర్లు	రు. 12.00

3. శాస్త్రీయ వైద్య విజ్ఞాన గ్రంథావళి

మనిషి వైజ్ఞానికంగా ముందుకు నడుస్తున్నా యింకా వెనక్కి నడిచే ఆలోచనలతో, శాస్త్రీయ దృక్పథం లోపించి సతమతమవుతున్న వారికి ఈ సైన్స్-సెన్స్ సీరిస్ చీకటి తెరల్లో చిగిర్చిన ఓ విజ్ఞాన దీపం. అపోహల అలల తాకిడితో అల్లాడుతున్న మానవాళికి డాక్టర్ సమరం సృష్టించిన మరో వైద్య విజ్ఞాన ప్రపంచం ఈ సైన్స్-సెన్స్.

1.	మనస్తత్వము - సైన్స్	రు. 25.00
2.	పిల్లలు - ఆరోగ్యం	రు. 25.00
3.	పోస్ట్ మార్టమ్ సైన్స్ (అంతుపట్టని వ్యాధులు)	రు. 20.00
4.	అపోహలు - అనర్థాలు	రు. 15.00
5.	జబ్బులు - జాగ్రత్తలు	రు. 15.00
6.	ఆహారం - అలవాట్లు	రు. 15.00
7.	వ్యాధులు - పత్యాలు	రు. 15.00
8.	నాటు వైద్యం - నష్టాలు	రు. 15.00
9.	ముప్పు తెచ్చే మూఢనమ్మకాలు	రు. 15.00
10.	వ్యాధులు - భయాలు	రు. 15.00
11.	దంతసంరక్షణ డా॥కె.యల్.వి.ప్రసాద్	రు. 15.00
12.	చెవి, ముక్కు, గొంతు వ్యాధులు-బాధలు డా॥టి.వి. కృష్ణారావు	రు. 10.00

4. సంపూర్ణ సెక్స్ విజ్ఞాన గ్రంథావళి

సెక్స్ అంటే సైన్స్-సెక్స్ అంటే శృంగారం. సెక్స్ లేనిదే లైఫ్ లేదు - క్రియేషన్ అంతకన్నా లేదు. వయసుతోపాటు ఎదిగే సెక్స్ కోర్కెలను స్వయం ఖైదు చేసుకుని తప్పటడుగులు వేసే యువతపై, మూఢాచారపు నీడల ఊడలు పట్టుకు వేలాడే పెద్దలపై సంధించిన విజ్ఞాన బాణమే ఈ సెక్స్-సైన్స్. మార్పు చేర్పులతో సరికొత్త ఎడిషన్లు మీ ముందుకు వచ్చాయి. చదవండి! చదివించండి!!

1.	సెక్స్ - సైన్స్ (మొదటి భాగం)	రు. 25.00
2.	సెక్స్ - సైన్స్ (రెండవ భాగం)	రు. 25.00
3.	సెక్స్ - సైన్స్ (మూడవ భాగం)	రు. 25.00
4.	సెక్స్ - సైన్స్ (నాలుగవ భాగం)	రు. 25.00
5.	సెక్స్ - సైన్స్ (ఐదవ భాగం)	రు. 25.00
6.	కుటుంబ నియంత్రణ - పద్ధతులు	రు. 25.00
7.	గర్భధారణ - సుఖప్రసవం	రు. 25.00
8.	నిత్య జీవితంలో జెనిటిక్స్	రు. 20.00

పేరు :

స్త్రీ / పురుషుడు :

వయస్సు :

చిరునామా :

ఫోను నెంబరు :

ఎత్తు, బరువు :

బ్లడ్ గ్రూపు :

బి.పి. :

మధుమేహం ఉందా? :

మధుమేహం రోగి అయితే ఇన్సులిన్ మరియు సుగర్

తగ్గడానికి వాడే మందుల మోతాదు :

మూర్ఛవ్యాధి ఉందా? :

పక్షవాతం, గుండెపోటు, మూత్రపిండాల వ్యాధి,

ఉబ్బసం, ఇతర వ్యాధులు ఉన్నాయా!

సరిపడని మందులు ఏవేవి?

ఆధునిక [illegible]

- రాష్ట్ర విద్యాశాఖామాత్యులు డాక్టర్ పి.వి. రంగారావుగారు మాట్లాడుతూ ఇలా అన్నారు –

"వైద్యశాస్త్రానికి చెందిన గ్రంథాలన్నీ ఆంగ్లభాషలోనే వున్నాయి. ఈ కారణంగా ఆ గ్రంథాలకు సంబంధించిన విజ్ఞానం వైద్యులకే పరిమితమైంది. శాస్త్ర గ్రంథాలు మాతృభాషలో ప్రచురితమవడం వల్ల ఆయా శాస్త్రాల పట్ల ప్రజలకు అవగాహన ఏర్పడుతుంది. వ్యాధులు రాకుండా వారు తగు జాగ్రత్తలు తీసుకోవడానికీ, రోగనివారణ పద్ధతులను తెలుసుకోవడానికీ వీలవుతుంది. డాక్టర్ సమరంగారి ఈ కృషి ఎంతో అభినందనీయం."

- వైద్య ఆరోగ్య విశ్వవిద్యాలయ వైస్‌ఛాన్సలర్ ప్రొఫెసర్ లింగం సూర్యనారాయణగారు మాట్లాడుతూ –

"ప్రజారోగ్యం పూర్తిగా వైద్యులపైనే కాకుండా ప్రజలపై కూడా ఆధారపడి వుంది. వైద్యగ్రంథాలను ప్రజలకు అర్థమయ్యేలా తెలుగుభాషలోకి అనువదించేందుకు తెలుగు విశ్వవిద్యాలయం, తెలుగు అకాడమీ కృషి చేయాలి. ఈ విషయంలో ముందుగా ముందుకు వచ్చి 'ఆధునిక వైద్య విజ్ఞాన గ్రంథావళి'ని ప్రచురించిన నవభారత్ వారు ప్రశంసార్హులు".

- తెలుగులో ఒక ఉద్యమంగా వెలువడిన ఈ గ్రంథావళిని ఆవిష్కరిస్తూ– ప్రజలకు యివి ఎంతో ఉపకరిస్తాయనీ, ఈ సందర్భంగా రచయిత, ప్రచురణ కర్తల కృషిని అభినందిస్తూ కృష్ణాజిల్లా కలెక్టర్ శ్రీ రాజీవ్‌శర్మ, కమీషనర్ ఆఫ్ పోలీస్ శ్రీ ఆర్.పి.సింగ్, సిద్ధార్థ మెడికల్ కాలేజీ వైస్ ప్రిన్సిపాల్ డా॥ యన్.యస్.దాస్ ప్రసంగించారు.

- ఈ పుస్తకాలన్నింటిలోనూ విషయం వైద్యవిజ్ఞానానికి సంబంధించినదైనప్పటికీ, చక్కగా, సులువుగా అందరికీ అర్థమయ్యేలా వివరించారు డా॥ సమరం ... విషయం మంచి అవగాహన కలిగించే రీతిలో వివరించిన రచయిత ప్రచురించిన 'నవభారత్' అభినందనీయులు.

–ఆంధ్రజ్యోతి, దినపత్రిక 19-11-91.

- ఇంటింటికీ వైద్యవిజ్ఞానం అందించేందుకు పూనుకున్న 'నవభారత్' 'ఆధునిక వైద్యవిజ్ఞాన గ్రంథావళి' పేరిట ప్రచురించిన ఈ పుస్తకాలు ఇంటింటికీ కాకపోయినా, గ్రామగ్రామానికీ చేరగలిగితే అక్కడికి అనుభవజ్ఞుడైన వైద్యుడు చేరినట్లే !

–ఉదయం, దినపత్రిక 4-12-91